

المجلس الأعلى للثقافة
انتصار السعادة
تأليف : برتراند راسل
ترجمة : محمد قدرى عمارة
مراجعة : الهامى جلال عمارة
المشروع القومى للترجمة
409

المشروع القومى للترجمة

# انتصار السعادة


تأليف : برتراند راسل

ترجمة : محمد قدرى عمارة

مراجعة : إلهامى جلال عمارة






٢٠٠٢

المشروع القومى للترجمة
إشراف : جابر عصفور

- العدد : ٤٠٩
- انتصار السعادة
- برتراند راسل
- محمد قدرى هكتوة - إلهامى جلال عمارة
- الطبعة الأولى ٢٠٠٢

ترجمة الكتاب
THE CONQNEST OF HAPPINESS
BERTRAND RMSSELL تأليف
UNWIN PAPER BACKS
1975



شارع الجبلاية بالأوبرا - الجزيرة - القاهرة ت ٧٣٥٢٣٩٦ فاكس ٧٣٥٨٠٨٤
El Gabalaya St. Opera House, El Gezira, Cairo
Tel : 7352396 Fax : 7358084 E.Mail:asfour@onebox.com

# المحتويات

## مقدمة

هذا الكتـاب ليس مـوجـهـًا للعلمـاء أو لأولئـك الذين ينظرون للمشـكلة العمـلية على أنها مجرد موضـوع للحـديـث، ولا توجد فى الصفحات القادمة فلسفة متبـحرة أو براعة عقلية عميـقـة، فهدفى ما هـو إلا أن أضع بعض الملاحـظات التـى من الممكـن إدراكـها عبر ما يعرف بالحس المشترك. وكل ما أدعيه بالنسبة للوصفات المقدمة للقارئ هو أنهـا مؤيَّدة بتجربتى ومشـاهداتى الشخصيـة، أن سعادتى الذاتية قد ازدادت اينما كان سلوكى متوافقًا معها. وعلى هذا الأساس فـإننى أجازف بـالأمل فى أن يجد البـعض - من بين الكـثيـرين من الرجال والنساء الذين يعانون التعـاسة - أن حالاتهم قد شُخِّصت وأن طريقـة للنجـاة قد اقتُرِحت. ولقـد كـتبت هذا الـكتاب مـوقنا بأن الكثيرين من التعـساء بإمكانهم أن يصبحوا سعـداء عن طريق مجهود جيد التوجيه.

« أعتقد أن باستطاعتى الاتجاه للعيش مع الحيوانات

فهى مسالمة للغاية.. ومتمالكة لأنفسها..

إننى أقف وأنظر إليها طويلاً وطويلاً

هى لا تعرف الأسى والعويل على أحوالها

ولا تستلقى مستيقظة فى الظلام.. تبكى من خطاياها

ولا تجعلنى مشمئزاً بمناقشة واجبها تجاه الله

فـلا واحد منهـا ساخط، ولا واحـد منها مـصاب بهـوس تملُّك الأشياء .

ولا أحدها يركع لآخر أو لواحد مثله عاش منذ آلاف السنين

ولا واحد منها محترم أو تعيس على وجه الأرض كلها» .

"والت ويتمان"

# الجزء الأول

# مسببات التعاسة

# الفصل الأول

# ما الذى يجعل الناس تعساء؟

## (١)

الحيوانات سعيدة طالما كانت بصحة جيدة ولديها ما يكفيها من الطعام ، ورغم أن البشر يجب أيضًا أن يكونوا كذلك، إلا أنهم فى عالمنا الحديث ليسوا سعداء، على الأقل فى الغالبية الغالبة من الحالات. فإذا لم تكن أنت سعيدًا، فقد توافقنى على أنك لست الاستثناء فى ذلك، أما إذا كنت سعيدًا، فاسأل نفسك كم من أصدقائك هم الآخرون سعداء، وعندما تراجع أحوال أصدقائك، علم نفسك فن قراءة الوجوه، واجعل نفسك مستقبِلاً لأمزجة أولئك الذين تقابلهم عبر يوم عادى ، فكما يقول **بلاك**: «هناك علامة فى كل وجه أقابله، علامات ضعف وشقاء». فرغم تباين نوعياتها، ستجد التعاسة تقابلك فى كل مكان، ولنفترض أنك فى نيويورك، أكثر المدن الكبرى

تحدثًا فى العــالم، قف فى شارع مزدحم خلال ساعــات العمل أو فى أحد الشــوارع الرئيسـية فى عطلة نهــاية الأسبوع، أو فــى مرقص فى إحدى الأمسيات، وأفرغ عقلك من إحــساسك بذاتك ودع شخصيات الغرباء حولك تستحوذ عليك واحدة تلو الأخرى، ولسوف تجد أن كل مجمــوعة من هذه المجموعات من البشــر لها مشاكلها الخــاصة. ففى ساعات العمل سوف تلاحظ على الناس القلق، التركيز الشديد، سوء الهضم، انعــدام الرغبة فى أى شىء عــدا الصداع، وعدم الإحــساس بأقرانهم من البشر.

بينما فى أحد الشــوارع الرئيسية فى عطلة نهاية الأســبوع، سوف ترى رجالا ونساءً مـيسورين - وبعضهم شـديد الثراء - منهمكين فى نشدان المتعة، وهذا مسلك يتم بخطوة منتظمة، هى خطوة أبطأ سيارة فى الموكب. فمن المستحيل رؤية الطريق من السيارات، أو رؤية المناظر المحـيطة لأن النظر جـانبًا قـد يؤدى إلى وقـوع حــادث، ويندمج كل ركاب السيــارات فى الرغبة فى تجاوز الســيارات الأخرى، ولا يمكنهم تحقـيق هذه الرغبــة نتيــجة الازدحام. وإذا مــا تجاوزت عقــولهم هذا الانشغــال كمــا قد يحدث أحــيانًا للركــاب الذين لا يقودون الســيارة بأنفسهم فسيستولى عليــهم ملل عظيم يصبغ ملامحهم بالسخط. وقد يحدث أن توجــد فى الطريق حمولة عربــة من الملونين الذين يظهرون متعة حقــيقية، ولكنهم يتسببون فى خنق الآخرين نتــيجة السلوك غير المنضبط، ويقعــون فى النهاية فى أيدى الشرطة نتيجة لحــادث، فالمتعة فى يوم الإجازة أمر غير مشروع!!

أو راقِبْ الناس فيِ ليلة مـرح، فالـكل يجيء مصـممًـا على أن يكون سـعيدًا، بإصـرار يشبـه إصرار الذى يذهب إلـى عيادة طبـيب الأسنان مصممًا ألاّ يبدو متوترًا. فمن المعتقد أن الخمر والمراهنات هما أبواب المرح، لذا يسكر الناس بسـرعة، ويحاولـون ألا يلاحظوا مدى كراهية رفاقهم لهم وهم فى هذه الحالة وبعـد كمية مناسبة من الشراب يبدأ الرجال فى العويل ويندبون كيف أنهم لا يسـتحقون ولاء أمهاتهم وتفانينهن، فكل ما يفعله الخمر لهم هو أن يطلق شعورهم بالإثم وهو ما يكتبه العقل فى أوقات صحوهم.

## (٢)

ومسببـات هذه الطرز المختلفة من التعاسة تعـود جزئيًا إلى النظام الاجتمـاعى وجزئيًا إلى الحالـة النفسية الفـردية والتى هى بالطبع نتاج للنظام الاجتماعى إلى حد كبير.

لقد كتـبت من قبل عن التغيرات المطلوبة فى النظام الاجـتماعى للارتقـاء بالسـعادة، فـفـيـما يخـتص بتـحـريم الحــرب ، وتحـريم الاستـغلال الاقتـصادى وتحريم التـعليم المبنى على القسـوة والخوف، فكلها أمـور ليست من مقاصد هذا الـكتاب. فاكتشـاف نظام لتجنب الحروب هو حاجة ملحة لحضارتنا، ولكن مثل هذا النظام لن تكون له فرصة طالما البشر فى تعاسـة بالغة، مما يجعل الابادة المتبادلة تبدو لهم أقل سوءا من التحـمل المستمر للحيـاة اليومية. ومنع تفاقم واسـتمرار

الفقر أمر ضرورى إذا ما كـانت فوائد الانتاج الآلى سوف تتجه لؤلئك الذينَ هم فى مسيس الحاجة لها، ولكـن ما فائدة جعل كل انسان غنيًا إذا كان الأغنياء أنفسهم تعساء؟

والتعليـم بأسلوب تسوده القسـوة والخوف أمـر سيىء، ولكن لا يوجـد طراز آخر من التـعليم من الممكن أن يـقدمـه أولئك الذين هم أنفسـهم عبيـد لهذه العواطف، وتقـودنا هذه الاعتبـارات إلى مشكلة الفرد، فـما الذى يمكن للفـرد، رجلاً كـان أو امرأة، هنا والآن وسط مجـتمـعنا المريض، أن يفعل ليـصل إلى السعـادة؟ عند مناقـشة هذه المشكلة سوف أقـصر اهتمـامى على أولئك غير المعـرضين لأى سبب خارجى قوى للتعاسة، فلسوف أفترض وجود دخل كاف يؤمن الغذاء والمأوى، وصحة كافية تجعل الأنشطة الجسمية العادية طبيعية، ولسوف لا أضع اعتـبارًا للكـوارث الكثيرة مـثل فقـدان الفرد لكل أطـفاله أو تعرضه للمهانة العامة، فـهناك ما يقال عن مثل هذه الأمور وهى أمور مهمة أيضًا ولكنها تختلف عـما أود الحديث عنه. فغرضى هو اقتراح علاج للتعـاسة العادية التى تحدث كل يوم والتى يعانيـها معظم الناس فى البلدان المتـحـضرة، والـتى لا يمكن تحمـلها لأنهـا نظرًا لانعـدام مسبباتها الخارجية تبدو وكأنها لا يمكن تجنبها، وأعتقد أن هذه التعاسة ترجع بدرجة كـبيرة إلى النظرة الخاطئـة للعالم والأخلاقيـات الخاطئة والعادات غير السليمة، مما يؤدى إلى اندثار الجذوة الطبيعية للاستمتاع والشهـية الطبيعـية للأشياء المتـاحة والتى تعتمـد عليها السـعادة سواءً

للإنسان أو الحيوان، وهذه أمور تقع في متناول قدرة الفرد، وإني لأنوي اقتراح التغييرات التي بواسطتها يمكن تحقيق هذه السعادة إذا ما توافر قدر مناسب من الحظ المواتي.

## (٣)

ربما كان أفضل تقديم للفلسفة التي أرغب في طرحها، بضعَ كلمات عن واقع تجربتي الشخصية، فأنا لم أولد سعيدًا، كطفل كانت ترنيمتي المفضلة هي «سئمت الدنيا، وثقلت ذنوبي»، وفي سن الخامسة، تأملت في أنني لو عشت لأبلغ السبعين فأنا قد تحملت حتى الآن جزءًا واحدًا من أربعة عشر جزءا من حياتي كلها، وشعرت بأن الملل الذي ينتظرني يمتد طويلاً ولا يمكنني احتماله. وعند البلوغ، كرهت الحياة وكنت دائمًا على حافة الانتحار، وما منعني من ذلك سوى رغبتي في معرفة الرياضيات أكثر، أما الآن فأنا على النقيض من ذلك، استمتع بالحياة وربما قلت أنه مع كل سنة تمر من حياتي يزداد استمتاعي بالحياة أكثر وأكثر، ويرجع ذلك جزئيًا إلى أنني اكتشفت الأشياء التي أرغبها بشدة وأنني حصلت تدريجيًا على كثير من هذه الأشياء، وجزئيًا إلى أنني تمكنت بنجاح من أن أطرد من ذهني بعض الرغبات مثل الحصول على معرفة يقينية عن أمر ما، لأن ذلك بالضرورة أمر غير ممكن، ويعود أيضًا بالدرجة الأكبر إلى اضمحلال استغراقي في ذاتي. وكغيري من الذين تلقوا تعليمًا دينيًا. كانت

عادتى التأمل فى ذنوبى وطيشى ونواقصى وبدوت أمام نفسى بلا شك عينة وضيعة، فتعلمت تدريجيًا ألا أهتم بنفسى وبنواحى قصورى، وبدأت أركز انتباهى باطراد على موضوعات خارجية مثل حال الدنيا وفروع مختلفة من المعرفة، وعلى أفراد أحسست تجاههم بالحب، وفى الحقيقة فإن الاهتمامات الخارجية يحمل كل منها احتمالات الألم، فالعالم قد يكون فى أتون الحرب، والمعرفة فى بعض الاتجاهات تكون صعبة المنال، كما أن الأصدقاء قد يموتون، ولكن الآلام التى هى من هذا النوع لا تدمر الخاصية الأساسية للحياة، كما قد يفعل الاشمئزاز من الذات، كما أن لها اهتمامًا خارجيًا يحفز النشاط والذى طالما ظل حيا فإنه يوفر وقاية كاملة من الضيق والملل.

وعلى النقيض من ذلك، فالانغماس فى الذات لا يؤدى إلى أى نشاط تقدمى، فقد يؤدى إلى أن يحتفظ المرء بمذكرات، أو أن يقوم بعمل تحليل نفسى أو ربما يصبح المرء راهبًا، ولن يصبح الراهب سعيدًا إلا إذا جعله نظام الدير ينسى ذاته نفسها. والسعادة التى قد يرجعها مثل هذا الشخص إلى الدين كان يمكنه الحصول عليها بأن يصبح كناسا شريطة أن يكون مرغمًا على أن يظل كذلك، فالانضباط الخارجى هو الطريق الوحيد للسعادة لأولئك غير المحظوظين الذين لا يمكن علاج انغماسهم فى ذواتهم بأى أسلوب آخر.

والانغماس فى الذات له طرز عديدة، ولنأخذ المذنب، والنرجسى، والمصاب بجنون العظمة كطرز ثلاث شديدة الشيوع.

## (٤)

عندما أتحدث عن المذنب، فأنا لا أقصد الرجل الذى يرتكب ذنبًا، فالذنوب يرتكبها الجميع أو لا يرتكبها أحد وفقا لتعريفنا للكلمة، وإنما أقصد الرجل الذى يستحوذ عليه الإحساس بالذنب، فمثل هذا الرجل دائمًا ما يشعر بعدم الرضا عن نفسه، وهو ما يترجمه، إذا كان متدينًا، إلى عدم رضا الله عنه. فلديه تصور عما يجب أن تكون عليه نفسه، وهذا التصور يظل فى تناقض مستمر مع ما يعرفه عن نفسه على ما هى عليه. فاذا ما كان بفكره الواعى قد أهمل المُثُل التى لُقِّنَها وهو فى حجر أمه، فإن الشعور بالذنب قد يكون دفينًا فى أعماق اللاشعور، ويظهر فقط عندما يكون مخمورًا أو نائمًا، فهو لا يزال فى أعماقه مؤمنا بكل المحظورات التى تعلمها فى طفولته، فالسباب شر، والخمر شر، والاحتيال فى التجارة شر، وفوق كل شئ، فالجنس شر. وهو بالطبع لا يمتنع عن أى من هذه المتع، ولكنها سممت له لإحساسه بأنها تهبط به وتشينه، والمتعة الوحيدة التى يرغبها بكل كيانه هو أن تحتضنه أمه مؤيدة لسلوكه وهو يتذكر دائما تجربته لذلك وهو فى طفولته، ولأن هذه المتعة ليست متاحة له الآن، فإنه يشعر بأن شيئًا لا يهم، فطالما فرض عليه أن يأثم، فليأثم إذن بشدة.

فعندما يقع فى الحب، فإنه يبحث عن مشاعر الأمومة، ولكنه لا يستطيع قبولها نتيجة لصورة الأم، فهو لا يشعر بأى احترام لامرأة

يكون له علاقة جنسية معها، وبالتالى ونتيجة لخيبة الأمل تلك، يصبح قاسيًا، ثم يندم على قسـوته، ثم يبدأ مرة أخرى من جديد فى الدائرة الجهنمية من تخيل الإثم والندم الحقيـقى عليه. هذه هى الحالة النفسية لكثـير من القـانطين، فالذى يؤدى بهم إلى الدمـار الكامل هو الولاء لشئ لا يمكن الحصول عليه (الأم أو بديل الأم) نتيجة تلقينه قيما بالية فى سنوات عمـره الأولى، والتحرر من طغـيان المعتقـدات والعواطف المبكرة هو أول الخطوات فى اتجاه السعادة لضحايا «الفضيلة» الأموية.

## (٥)

أمـا النرجـسيـة، فـهى عكس الإحـسـاس الدائم بالإثم، فـهى الإعـجـاب بالذات، والرغـبـة فـى أن يعـجب بهـا الآخـرون. هذا الإحساس يكـون طبيعيًا ولا غـبار عليه إذا ما توقف عنـد حد معين، ولكنه يكون شـرًا مستطيـرًا عندما يتـجاوز هذا. وبالنسـبة لكثـير من النساء، وعلى وجه الخـصوص، نساء الطبقة الغنيـة، فإن القدرة على الإحساس بالحب تكون قد جفت تماما وحلت محلها رغبة قوية فى أن يعشـقهن كل الرجال. وعندمـا تتأكد إحـدى نساء هذا الطراز من أن رجلا يحبها، فإنها لا تجد فى نفـسها حاجة أخرى إليه، ونفس الشىء يحدث وإن كـان بمعدل أقل مع الرجـال، والمثل التقليـدى على ذلك بطل رواية «علاقة خطرة»، وعندما يصل الغرور إلى هذا الحد لا يمكن أن يكون هناك اهتمام حقيقى بأى فرد آخر، وبالتالى لا يمكن أن يؤدى

الحب إلى أى رضا حقيقى، كما أن الاهتمامات الأخرى تفشل فشلاً ذريعًا، فالنرجس مثلاً، الذى يعجب بالحفاوة التى يتمتع بها الرسامون العظام قد يصبح دارسًا للفن، ولكن لأن الرسم ما هو إلا وسيلته لغاية معينة، فإن أسلوبه لا يصبح متميزا أبدًا، ولا يمكنه رؤية أى موضوع ما لم يكن له علاقة بذاته، وتكون النتيجة فشله وخيبة أمله والسخرية بدلاً من الحفاوة، وينطبق نفس الشئ على الروائيات اللاتى يجعلن من أنفسهن بطلات لرواياتهن، فكل نجاح حقيقى فى عمل ما يعتمد على الاهتمام الخالص بالمادة التى يتجه إليها هذا العمل، ومأساة السياسى الناجح أو مأساة السياسيين الناجحين واحدًا تلو الآخر، هو الحلول التدريجى للنرجسية محل الاهتمام بالمجتمع وللقيم التى يناضل من أجلها. فالرجل الذى لا يهتم إلا بنفسه لا يمكن الإعجابُ به، ولا يمكنه أن يشعر بذلك، وبالتالى الرجل الذى هدفه الوحيد فى الحياة هو أن يعجب به العالم لا يمكن أن ينال غرضه وحتى إذا ما نال هذا الغرض، فلن يكون سعيدًا تمامًا، لأن الغريزة الإنسانية ليست ذاتية بصورة كاملة.

والنرجسى يحدّ من منطلقات نفسه تماما مثل الرجال الذى تسود مشاعره أحاسيس الإثم، فالرجل البدائى قد يفخر بكونه صائدًا متمرسًا، ولكنه يستمتع أيضًا بعملية المطاردة والقنص، ولكن الغرور عندما يتجاوز نقطة معينة يقتل المتعة فى كل نشاط، وبالتالى يؤدى حتما إلى الفتور والملل. وعادة ما يكون مصدر ذلك هو انعدام الثقة

فى النفس وعلاجه يكون فى زيادة احـترام النفس، ولا يمكن الوصول إلى ذلك إلا بالنشاط الناجح والمستلهم من الاهتمامات الموضوعية .

## (٦)

والمصـاب بجنون العظمـة يخـتلف عن النرجـسى فى أنه يود أن يكون قويًا لا فـاتنًا، ويود أن يهابه الآخرون، لا أن يحبـوه، وينتمى لهـذا الطراز كثـير من المجـاذيب وأغلب الرجال العظام فى التـاريخ، فحب القـوة مثله فى ذلك مثل الغرور، يعـد عنصراً قويًا فى الطبـيعة البشرية السـوية وبالتالى يتحتم قبوله ولـكنه يكون مكروهًا فقط عندما يزيد عن حده أو يرتبط بإحـساس غير كاف بالواقـع. وعندما يحدث ذلك، فإنه يجـعل الإنسان تعيسًا أو أحـمقَ إن لم يكن كليهمـا معًا. والمجذوب الذى يعتقد أنه أمير مـتوج، قد يكون بمعنى أو بآخر سعيدًا ولكن سعادته ليست من الطراز الذى يمكن أن يحـسده عليه أى إنسان عاقل. **فالإسكندر** الأكبر كان من الناحـية السيكلوچية من هذا الطراز من المجاذيب رغم أنه كان يملك موهبة تحـقيق حلم المجذوب، فهو لم يستطع تحـقيق حلمه الخاص الـذى اتسعت مراميـه باضطراد انجازاته، فعندما بات واضحًا أنه أعظم الغزاة وأكثرهم شهرة، قرر أنه إله، فهل كان سعـيدًا كإنسان؟ إن سكره وفـوران غضبه وعدم مـيله إلى النساء وادعاءه بالألوهية، كـل ذلك يشير إلى أنه لم يكن سعـيدًا، فلا يمكن أن يصل الإنسـان إلى الرضـا إذا ما اهتـم بعنصر واحـد من عناصـر

الطبيعة البشرية على حساب كل العناصر الأخرى، ولا فى النظر إلى العالم كمادة خام لعظمة الذات.

والمصاب بجنون العظمة سواء كان عاقلا أو غير عاقل هو فى العادة نتاج للهوان الفائق؛ **فنابوليون** عانى فى المدرسة من وضاعة أصله بالنسبة لرفاق الدراسة الذين كانوا أرستقراطيين أغنياء، بينما كان هو صبيًا معوزًا حاصلاً على منحة دراسية، وعندما سُمِح بعودة المهاجرين كان مما يمتعه رؤية رفاق الدراسة السابقين ينحنون أمامه، فيا لها من نشوة!! ولكنها أدت إلى رغبته فى أن يحصل على نفس النشوة على حساب القيصر، فقاده ذلك إلى معتقل سانت هيلانه، فحيث أنه لا يمكن لأى رجل أن يكون قادرًا على كل شىء، فالحياة التى يسودها حب القوة لابد وأن تواجه عقبات لا يمكن تجاوزها، ولا يحول دون إدراك ذلك إلا سيطرة الجنون على الشعور رغم أن الرجل إذا ما كان عظيمًا بدرجة كافية أمكنه اعتقال أو إعدام أولئك الذين يوضحون له ذلك. فالقمع يتلازم معناه السياسى مع معناه النفسى، وعندما يقع القمع النفسى بأى شكل جوهرى لا يمكن أن توجد سعادة حقيقية، فالعودة إذا ما وضعت فى إطارها المناسب قد تضيف إضافة عظيمة للسعادة ولكن وضعها كغرض وحيد للحياة يقود إلى كارثة داخلية إن لم تكن خارجية.

## (٧)

ومن الواضح أن المسببات النفسية للتـعاسة عديدة ومختلفة، وإن كانت لها خـصائص مشتـركة، فالإنسان التعـس هو الذى إذا ما حرم بعض المتع الطبيعية فى شبابه، أصبح يولى هذه المتع أهمية خاصة أكثر من أى شىء آخر عنـدما يكبر، وبالتـالى يعطى حيـاته اتجاهًا وحـيدًا بتركيز غير منطقى على الهدف مقابل الأنشطة المتعلقة به.

## (٨)

وفى هذه الأيام هناك تطـور آخر شـائع، فـالإنسـان قد يشـعـر بالإحبـاط لدرجة أنه لا يسعى لأى شكل من أشكال الإشـباع، ولكنه ينشد فقط الذهـول والنسيان، وبالتالى يصبح طريدًا مـن المتعة، بمعنى أنه يريد أن يجعل الحيـاة محتملة بأن يكون أقل حياة، فـالسكر مثلاً، عبارة عن انتحار مؤقت، والسعادة التى يؤدى إليها سلبية، فهى انعدام مؤقت للتعاسة، والنرجسى والمصاب بـجنون العظمة كلاهما يعتقد أن السعادة ممكنة، رغم أنهمـا قد يتبنيان أساليب خاطئـة للوصول إليها، ولكن الإنسـان الذى يرغب فى تسمـيم نفـسه بأى أسلوب يكون قـد تخلى عن أى أمل فيما عدا الـنسيان، وفى هذه الحالة، فإن أول شىء يجب عمله هو إقناعه بأن السعادة مرغوبة، فالتعساء - كأولئك الذين يعانون من سـوء النوم - عادة ما يكونون فخـورين بذلك، وربما كان

اعتــزازهم هذا مثل اعــتزاز الثـعلب الذى فقــد ذيله، فإذا كــان الأمر كــذلك، فعــلاج هذه الحالة يكون بتــوضيــح أن بإمكانهم تكوين ذيل جديد، وقليل جدًا من الناس فى اعتقادى ســوف يختارون التعاسة إذا كــان بإمكانهم أن يــكونوا ســعــداء، وأنا لا أنفى وجــود مــثل هؤلاء الناس، ولكنهم ليسوا بالكثرة التى تجعل لــهم أهمية، ولسوف أفترض أن القارئ يود أن يكون ســعيدًا لا تعيسًــا، ولا أدرى إن كنت أستطيع أن أساعده فى تحــقيق هذه الرغبــة ، فهذا ما لا أعرفــه ولكن المحاولة على أية حال لا يمكن أن تكون ضارة.

# الفصل الثانى

# التعاسة البيرونية

## (١)

من الشائع فى أيامنا هذه، كما كان شائعًا فى فترات كثيرة من تاريخ العالم، افتراض أن الحكماء من بيننا قد عركوا كل حماسات الفترات المبكرة وأصبحوا مدركين أنه لم يعد هناك شئ باق يعيشون من أجله، والرجال الذين يعتنقون هذه النظرة هم تعساء بحق ولكنهم معتزون بتعاستهم تلك التى يرجعونها إلى طبيعة الكون ويعتبرونها المسلك المنطقى الوحيد للرجل المستنير. واعتزازهم بتعاستهم يجعل أولئك الذين هم أقل منهم تعقيدًا يتشككون فى حقيقة هذه التعاسة، فهم يعتقدون أن الرجل الذى يستمتع بكونه تعيسًا ليس بتعيس، وهذه النظرة بسيطة للغاية، فبدون شك هناك تعويض ضئيل فى الإحساس بالتعالى وعمق الإدراك الذى يحسه أولئك الذين يعانون ولكنه غير كاف لتعويض فقدان المتع البسيطة، فأنا شخصيًا لا أعتقد أن هناك إدراكًا متعاليًا فى أن أكون تعيسًا، فالرجل الحكيم سوف يكون سعيدًا

ما سمحت الظروف بذلك، فإذا ما وجد أن التفكير فى الكون مؤلم، فإنه سوف يفكر فى شئ آخر بدلاً منه، وهذا ما أود إثباته فى هذا الباب، فأنا أود إقناع القارئ انه مهما كان الجدل، فالمنطق لا يضع قيودًا على السعادة، والأكثر من ذلك، فأنا مقتنع أن هؤلاء الذين يرجعون أحزانهم بأمانة إلى أفكارهم عن الكون يضعون بذلك العربة أمام الحصان، فالحقيقة أنهم تعساء لأسباب لا يدركونها، وهذه التعاسة تقودهم إلى التفكير فى الخصائص الأقل تقبلاً للعالم الذى يعيشون فيه.

وبالنسبة للأمريكيين المحْدَثين، فإن وجهة النظر التى أود تناولها قد وضعها السيد **جوزيف وود كرتش** فى كتاب عنوانه «المزاج الحديث»، بينما بالنسبة لجيل الأجداد فقد وضعها **بيرون**، ولكل الأزمان وضعها كاتب سفر الجامعة بالتوراة. فالسيد **كرتش** يقول: «إن هدفنا ضائع، ولا مكان لنا فى الكون الطبيعى، ولكننا لسنا رغم كل ذلك آسفين على كوننا بشرًا، فنحن نفضل أن نموت كرجال على أن نعيش كحيوانات».

ويقول **بيرون**: «لا توجد متعة فى هذا العالم تعطى مثلما تأخذ، عندما يتضاءل وهج الفكرة الباكرة إلى التحلل الخامل للإحساس».

ومؤلف «سفر الجامعة» بالتوراة يقول «لذلك مجّدت الموتى الذين ماتوا أكثر من الأحياء الذين لا يزالون يعيشون، ولكن الأفضل من الاثنين ذلك الذى لم يوجد بعد، الذى لم ير الشر المصنوع تحت الشمس».

## (٢)

كل هؤلاء المتشائمين الثلاثة وصلوا إلى هذه النتائج الكئيبة بعد مراجعتهم لمتع الحياة، فالسيد **كرتش** عاش فى أرقى المستويات الفكرية بنيويورك، **وبيرون** عبَرَ الدردنيل وكانت له علاقات غرامية لا حصر لها، ومؤلف سفر الجامعة بالتوراة كان أكثر تنوعًا فى طلبه للملذات، فقد جرّب الخمر، وجرب الموسيقا، وشيئًا من كل شىء» وبنى فسقيات المياه وكان له خدم من الرجال وقيان من الجوارى وخدم سيولدون فى منزله، وفى كل هذه الأحوال لم تفارقه حكمته قط، ورغم ذلك، فقد رأى أن كل ذلك باطل حتى الحكمة:

«فقد أعطيت قلبى لمعرفة الحكمة ولمعرفة الجنون والحمق: وأدركت أن ذلك أيضًا ما هو إلا تكدير للروح.. ففى الكثير من الحكمة كثير من الأسى، ومن يزداد علمه يزداد أساه».

فحكمته يبدو أنها تضايقه ويبذل مجهودات غير ناجحة للتخلص منها: «فقلت فى قلبى: اذهب الآن، فسوف أغمرك بالغبطة، وبالتالى تستمتع باللذة ولكن احذر.. فهذا أيضًا باطل».

ولكن حكمته ظلت معه: «ثم قلت فى قلبى: إن ما يحدث للإله يحدث لى أيضًا فلماذا كنت أنا أكثر حكمة؟ فقلت فى قلبى: إن هذا أيضا باطل وبالتالى كرهت الحياة، فالعمل الذى تم تحت الشمس يصيبنى بالأسى، فكل شىء باطل وتكدير للروح».

## (٣)

ومن حظ الأدباء أن الناس لـم يعـودوا يقـرءون أى شىء كُـتب قديمًا، حيث إنهم إذا فعلوا فسوف يصلون إلى اسـتنتاج أنه مهما قيل عن فسقيات المياه، فإن عمل كتب جديدة عنها هو بالتأكيد باطل. فإذا أمكننا إيضاح أن كتاب «سفر الجامعة» بالتوراة ليس هو الكتاب الوحيد المتـاح للرجل الحكيم فلا يوجـد مبـرر لإرهاق أنفسنا كـثيـرًا بالكتب الأحدث التى لها نفس النهج والمزاج. وفى جدل من هذا الطراز يجب أن تميز بين المزاج وتعبيره الفكرى، فلا يوجد جدل مع المزاج، فالمزاج يمكن تغييره بحدث موات أو بتغيير فى حالتنا الجسمانية ولكن لا يمكن تغييره بالجدل، فـكثيرًا ما جربت أنا شخصيًا المـزاج الذى شعرت معه أن كل شئ باطل، وقد خرجت منه ليس بواسطة أى نوع من الفلسفة ولكن نتيجـة ضرورة لازمة للفعل، فإذا كان طفلك مـريضًا قد تكون غيـر سعـيد ولكـنك لن تحس بأن كل شئ باطل، وإنما ستـحس بأن استعادة طفلك لصحـته أمر يجب عليك الاهتمام به دونما النظر لما إذا كانت هناك قيمـة قصوى للحياة الإنسانيـة، أم لا. فالرجل الغنى قد يحس - وغالبـاً ما يفعل- بأن كل شئ باطل ولكن إذا حـدث وخسر ماله، فلـن يحس بأن وجبتـه التاليـة هى بأى صورة من الصـور أمر باطل، فذلك الإحساس هو وليد الإشباع شـديد السهولة للاحتياجات الطبيعـية. فالحيـوان الإنسانى كغيره من الحـيوانات متأقلم على كـمية معـينة من الصراع من أجـل الحياة، وعندمـا يتمكن الإنسـان بواسطة

الثروة الكبيـرة من إشباع كل رغباته دونما مـجهود، فإن مجـرد غياب الجـهد من حـياته يزيل مكونا رئـيسـيًا من مكونات السـعادة منهـا. فالإنسان الذى يمتلك بسهولة الأشياء التى يحس تجاهها برغبة متوسطة يستنتج أن الوصول إلى تحقيق رغبـاته لا يحقق السعادة. فإذا كان من ذوى الميول الفلسـفية، فإنه يسـتنتج أن الحياة الإنسانيـة هى بالضرورة بائسة ، حيث إن الإنسان الذى لديه كل ما يحتاجه لا يزال غير سعيد وينسى أن افتقـاد الإنسان لبعض الأشيـاء التى يحتاجهـا يعد جزءًا لا غنى عنه من السعادة.

كل ذلك كان عن المزاج، ولكن هناك أيضًا جدلاً فكريًا فى سفر الجامعة بالتوراة :

«النهر يصب فى البحر ولكن البحر ليس بملآن

لا جديد تحت الشمس

والأشياء التى مرت لا ذكرى لها

كرهت كل عملى الذى قمت به تحت الشمس، لأننى

يجب أن أتركه للإنسان الذى سيأتى من بعدى».

## (٤)

فإذا ما حاول أحـد أن يضع هذه المجادلات على النسق الفلسفى الحديث، فستصبح على النحو التـالى: الإنسان فى كدٍّ مستمر، والمادة

فى حركة مستمـرة ولا شىء يتوقف رغم أن الأشياء الجديدة التى تأتى لاحقًا لا تخـتلف بأى صورة من الصور عن الأشيـاء التى حدثت من قبل، فـالرجل يموت ويجمع وريثـه فوائد عمله، والأنـهار تصب فى البحار ، ولكن ماءها غير مـسموح له بالبقاء هناك، والكرّة تلو الكرة فى دائرة عديمة الغـرض لا نهاية لها، يولد الإنسان والأشـياء ويموتون دونما أى تحسن، دونما أى إنجـاز دائم، يومًا بعد يوم وعامًـا بعد عام، فالأنهار لو كانت حكيمة لمكثت فى مكانها، **وسليمان** إذا كان حكيمًا لم يكن ليزرع أشجار الفاكهة التى منها سيحصل ابنه على الثمرة.

ولكن كيف تبـدو كل هذه الأمور مـختلفة بمزاج آخـر؟ ماذا عن ناطحـات السحـاب، الطائرات، وخطب السـاسة المذاعـة؟ ماذا كـان **سليمان**(★) يعلم عن هذه الأشياء؟ فإذا كان قد تمكن من سماع خطبة **ملكة سـبأ** لرعاياها فى الإذاعـة عند عودتها من ممالكه، أمـا كان فى ذلك تعزية له وهو بين أشجاره وفسقياته؟ إذا كانت لديه وكالة إعلامية تجعله يدرك ما قالته الصحف عـن بديع عمارته وراحة حريمه واندحار أنداده فى محـاوراتهم معه، أكـان سيذهب للقـول بأنه لا جديد تحت الشمس! ربما لم تكن هذه الأشـياء ستشـفيه تمامًا من التشـاؤم ولكنها كانت لابد أن تعطيه تعبيرًا جديدًا. وبالتأكيد، فإن إحدى شكاوى السيد **كرتش** من زماننا هذا هى أنه يوجـد الكثير من الأشيـاء الجديدة تحت

(★) سفر الجامعة بالتوراة ليس بالطبع من وضع سليمان ، وإن كان من الملائم الإشارة إلى المؤلف بهذا الاسم ( المؤلف ) .

الشمس، فإذا كان غياب أو وجود الجديد كلاهما مزعج بنفس الدرجة، فإنه من الصعب أن يكون أحدهما هو السبب الحقيقى لليأس. ومرة أخرى، أنظر إلى الحقيقة: «كل الأنهار تصب فى البحار ولكن البحر لا يزال غير ملئ، إن الأنهار لتعود مرة أخرى إلى المكان الذى جاءت منه». فبغض النظر عن أنها سبب للتشاؤم، فإن ذلك يفترض أن السفر غير ممتع، فالناس تذهب للمنتجات فى الصيف ولكنها تعود مرة أخرى إلى المكان الذى جاءت منه ولا يبرهن ذلك على عدم جدوى الذهاب إلى المنتجعات فى الصيف، فلو وهبُتِ المياه القدرةَ على الإحساس، فغالبًا ما كانت ستستمتع بدورة المغامرة على غرار «سحابة» شيلسى.

## (٥)

أما عن ألم ترك الأشياء لوارث فهذا الأمر يمكن النظر إليه من زاويتين، فمن وجهة نظر الوارث فهذا الأمر بالتأكيد يعد أقل ضررًا، وحقيقة أن كل الأشياء تزول لا تشكل سببًا للتشاؤم، فلو أن الأمور تبعتها أمور أسوأ فقد يكون ذلك مبررًا للتشاؤم، ولكن لو تبعتها أمور أفضل فإن ذلك يعد مبررًا للتفاؤل، فماذا ترانا نظن إذا ما كانت الأمور تتبعها أمور مماثلة لها تمامًا كما كان يعتقد **سليمان**؟ ألا يجعل ذلك كل هذه العملية عديمة الجدوى؟ بالطبع لا، ما لم تكن المراحل المختلفة مؤلمة فى حد ذاتها.

وعادة النظر إلـى المستقـبل والتفكيـر فى أن كل معنى للحـاضر يكمن فيما سوف يأتى به هى عادة ضارة فلا يمكن أن تكون هناك قيمة للكل ما لم تكن هناك قيمة للأجزاء، والحياة لا يجب النظر إليها كما ينظر الميلودراما التى يمر فيها البطل والبطلة بمآسٍ مفجعة ثم تعويضهما عنهـا بالنهـاية السعـيـدة، فأنا أعـيش ولدىّ يومى وابنى سيـخلفنى وسيكون له يومه وابنه بدوره سيـخلفه، فعلى العكس، إذا عشت إلى الأبد فإن مبـاهج الحياة لا بد وأن تفقـد طعمها فى النهـاية، أما على حالتها الراهنة فهى متجددة عامًا بعد الآخر.

«إنى لأدفئ كلتا يدىّ أمام نار الحياة

هى تذوى وأنا مستعد للرحيل»

هذا السلوك منطقى بنفس الدرجـة كالسخط من الموت، فـإذا ما كانت الأمزجـة تتحدد بالعقلانـية فستوجـد مبررات للتفـاؤل مساوية لتلك الخاصة باليأس.

## (٦)

وسفر الجـامعة بالتوراة مـأساوى وكتاب «المزاج الحديـث» للسيد كرتش متشائم، فـالسيد كرتش فى أعماقـه حزين لأن يقين الأزمان القديمة قد تهاوى، وتهاوى أيضًا بعض اليقين الذى له أصول أحدث. «أما عن هذا الزمن الحـالى التعس، الذى تنوشـه أشباح عـالم ميت،

ولم يصل بعد إلى موقعه الخاص به، فمأزقه لا يختلف عن مأزق الشاب البالغ الذى لم يتعلم بعد توجيه نفسه دونما الرجوع إلى الدين الذى عرفه خلال مرحلة طفولته». هذه الجملة صحيحة تمامًا إذا طبقت على قطاع معين من المثقفين وهم الذين - لأنهم قد تلقوا تعليمًا أدبيًا - لا يعلمون شيئا عن العالم الحديث، ولأنهم خلال شبابهم تم تدريبهم على تأسيس معتقداتهم على عواطفهم، لا يمكنهم تخليص أنفسهم من هذه الرغبة الطفولية فى السلامة والحماية والتى لا يمكن لدينا العلم أن تشبعها. فالسيد كرتش شأنه فى ذلك شأن معظم المتأدبين، تستحوذ عليه فكرة أن العلم لم يف بوعوده وهو بالطبع لا يخبرنا ما هذه الوعود؟ ولكن يبدو أنه يعتقد أنه من ستين سنة كان رجال مثل **دارون وهكسلى** يتوقعون شيئًا من العلم لم يعطه- وأنا أرى أن ذلك وهمٌ كامل أوجده أولئك الكتاب ورجال الدين الذين لا يريدون أن يُنظَر إلى ما تخصصوا فيه على أنه قليل القيمة. صحيح أن العالم فى اللحظة الحالية يوجد به كثير من المتشائمين، فدائمًا ما وجد كثير من المتشائمين أينما وجد أناس تضاءلت دخولهم، والسيد **كرتش** أمريكى، والدخول الأمريكية على وجه الإجمال زادت نتيجة الحرب ولكن الطبقات المتعلمة عبر قارة أوربا عانت بشدة ؛ لأن الحرب فى حد ذاتها أعطت كل فرد إحساسًا بعدم الاستقرار مثل هذه المسببات الاجتماعية، فهى لها أيضًا علاقة كبيرة بمزاج حقبة زمنية كاملة عما لنظرية طبيعية الكون، فقليل من العصور كان أكثر يأسًا من القرن الثالث عشر رغم أن هذا الإيمان الذى يأسف السيد **كرتش** عليه

كثيرًا كان موجودًا لدى كل فرد فيما عدا الإمبراطور وقليل من النبلاء الإيطاليين العظام، لهذا يقول **روجر بيكون** «لأن الخطايا التى توجد فى أيامنا هذه هى أكثر من أى عصر مضى، والخطيئة لا تتوافق مع الحكمة، دعنا ننظر إلى كل الأحوال فى العالم ونولها الاعتبار فى كل مكان، فسنجد فسادًا لا حدود له، وبالدرجة الأولى فى الرأس، فالعُهّر دنس البلاط بكامله، والنهم هو سيد الجميع. فإذا كان ذلك ما حدث فى الرأس فكيف يكون حال باقى الأعضاء؟ وننظر إلى التعاليم الدينية، وأنا لا أستعيد شيئا مما أقول... أنظر كيف تسقط واحدة وجميعًا من مكانتها الحقة كما أن التعاليم الجديدة اضمحلت بالفعل بصورة مفزعة عن سابق وقارها، فالكهنوت الكنسى بكامله مولع بالاستعلاء والعُهّر والشح وما اجتمع رجال الكهنوت معا سواءً بباريس أو أوكسفورد إلا وفضحوا الكنيسة بحروبهم وصراعاتهم وغير ذلك من الآثام.. لا أحد يهتم بما يتم عمله أو كيف يتم طالما تمكن كل منهم من إشباع شهوته». وفيما يتعلق بالحكماء الوثنيين بالأزمان الغابرة، يقول: «كانت حياتهم بكل المعايير أفضل من حياتنا، سواء فى لياقتهم أو فى احتقارهم للعالم بكل مباهجه وغناه وفخامته، فكما قد يقرأ الناس فى أعمال **أرسطو**، **وسينيكا**، **وتللى**، **وابن سينا**، **والفارابى**، **وأفلاطون**، **وسقراط**، وغيرهم، فقد توصلوا إلى أسرار الحكمة وأوجدوا كل المعرفة».

## (٧)

**روجر بيكون** يرى أنه من بين كل معاصريه من المثقفين لم يحب أحدهم العصر الذى وجد نفسه فيه، وأنا لا أعتقد للحظة، أن هذا التشاؤم له أى سبب فلسفى، بل كانت أسبابه الحرب والفقر والعنف.

ومن الفصول المحزنة جدا فى كتاب السيد **كرتش** ذلك الفصل الذى يتعرض فيه لموضوع الحب ، فيبدو أن أرباب العهد الفكتورى كانوا يولونه قيمة عظمى ، ولكننا «بتعقيدنا الحديث علينا أن نبلوه إدراكًا» فالأكثر التحفظين فى العهد الفكتورى، كان الحب يقوم ببعض وظائف الإله الذى فقدوه، وعندما واجهوا ذلك، تحول كثير من المتعصبين - بصورة مؤقتة - إلى صوفية فقد وجدوا أنهم فى حضرة شيء يوقظ فيهم الإحساس بالاحترام وهو ما لم يفعله أى شىء آخر، شىء أحسوا تجاهه حتى فى أعمق أعماق وجودهم، بولاء غير محدود. فبالنسبة لهم كان الحب كالإله، يطلب كل التضحيات ويجزى المؤمن بأن يعطى يعطى معنى لمظاهر الحياة التى لم يتم فهمها بعد، ونحن قد نشأنا معتادين أكثر منهم على كون بلا إله، ولكننا لم نعتد بعد على كون بلا حب، وعندما نعتاد ذلك أيضًا فلسوف ندرك ما يعنيه الإلحاد حقيقة».

## (٨)

من الطريف أن يبدو العهد الفيكتورى مختلفا لشباب زماننا هذا عما يراه واحد ممن عاشوا فيه ، فأنا أذكر اثنتين من السيدات العجائز،

كلتاهمـا مطابقة لخصـائص معينـة من خصائص ذلك العـهد، وكنت اعرفهما جيداً فى صباى، الأولى كانت تأسف كثيراً لأن معظم الشعر عن الحب الذى تعتقد هى أنه موضوع غـير ذى بال، أما الأخرى فقد أبدت هذه الملاحظة «رغم أن أحداً لا يسـتطيع أن يقول شيـئًا ضدى، فأنا أقول دائمًا أن كسر الوصية السابعة مثله مثل كسر الوصية السادسة ليس أمراً بالغ السـوء، لأن ذلك يتطلب على أية حال موافـقة الطرف الآخر»، ووجـهتى النظر هاتين ليـستا مماثلتين لما أورده السـيد **كرتش** على أنه النمط الفيكتورى، فأفكاره من الواضح أنها مـشتقة من كُتّاب بعينهم لم يكونوا على وفاق مع الوسط المحيط بهم، وأفضل مثال هو **روبرت براوننج**، فأنا لا أستطيع مقاومـة الإحساس بأن رؤيته للحب بها شىء مقبض:

«الحمد لله، فأدنأ مخلوقاته

يتباهى بأن له نَفْسيْن، نَفْس يواجه بها العالم

وأخرى يريها للمرأة عندما يطارحها الغرام» .

وهذا ما يجعل الشـراسة هى السلوك الوحيد فى مواجـهة العالم على اتساعـه، لماذا؟ لأن العالم قاس كمـا يقول **براوننج**، بل لأنه لن يقبلك وفقـا لتقييـمك الخاص، كما يجب أن نقول نـحن. فقد يكون اثنان، كما كون الثنائى **براوننج**، إعجابًا متبـادلاً، فمن الممتع حقًا أن يكون فى متناول يدك شخص من المؤكد أنه سيمتدح عملك سواء كان

عـملك يسـتـحق أم لا . ولقـد كـان **براوننج**، بلا شك، يحس أنه شخص رفيع التكوين ورجل عن حق عندما قام بالتشهير **بفيتزجيرالد** بصورة غير مسبوقة لأنه تجرأ ولم يعجب **بأورورا لايه**.

ولا يمكننى الإحساس بأن تعطيل القـدرة النقدية عند كلا الطرفين أمر يستحق الإعجاب لأنه يتخلله الخوف والرغبة فى اللجوء إلى ملاذ من لسـعات النقد غـير المتـحيـز الباردة، وكـثير من العـزاب المسنين يتعلمون كـيف يحصلون على نفس الإشباع من جانب المدفـأة الخاصة بهم.

## (٩)

ولقد عـشت طويلاً فى العهد الفكتـورى إلى الحد الذى لا يمكن معه القول وفقًا لمعايير السيد **كرتش** أننى محدث، فأنا لم أفقد إيمانى بالحب، لأن الحب الذى أؤمن به حب مغـامر، مفتـوح العينين، وهو بينما يعطى معرفة الخير لا يشـتمل على نسيان الشر، ولا يدعى الطهر ولا القداسة. وإرجاع هذه الخصائص إلى نوع الحب الذى كان مفضلا فى ذلك الوقت كان مـرده تحريم الجنس، فالفرد فى العهـد الفكتورى كان شديد الاقتناع بأن معظم الجـنس شر، وكان عليه أن يضع شروطًا مبالغًا فيها لنوع الحب الذى يقره ويرضاه، ولقد كان الجوع الجنسى فى ذلك الوقت أكثر مما هو عليـه الآن مما دفع الناس بلا شك إلى المبالغة فى أهمية الجنس كما يفعل الرهبان دائمًا.

ونحن نمر فى أيامنا هذه بفترة متخبطة، حيث تخلّص كثير من الناس من القيم القديمة دون أن يكتسبوا قيمًا جديدة، وقد قادهم ذلك إلى مختلف المتاعب. ولأن عقلهم غير الواعى لا يزال يؤمن بالقيم القديمة فإن متاعبهم عندما تحدث تؤدى بهم إلى اليأس والندم والزهد. ولا أعتقد أن عدد الناس الذين يحدث لهم ذلك كبير جدًا، ولكنهم من بين أكثر الناس حديثا فى زماننا هذا، وأعتقد أنه إذا أخذنا أواسط الناس صغار السن، والمقتدرين ماديا فى هذا الزمن وفى العهد الفكتورى، فسنجد أن السعادة المتصلة بالحب هى الآن أكبر كثيرًا وأن الاعتقاد فى قيمة الحب هى الآن أكبر كثيرًا عما كانت عليه منذ ستين عامًا.

## (١٠)

والأسباب التى تدفع بعض الأشخاص إلى الزهد مرتبطة بطغيان المثل العليا القديمة على العقل غير الواعى، وبغياب الرشد الأخلاقى الذى يمكن عن طريقه لأهل زماننا الحالى تنظيم سلوكهم، والعلاج لا يكمن فى التحسر والحنين للماضى ولكن فى القبول الشجاع للنظرة الحديثة والتصميم على اقتلاع كل الخرافات المهملة من كل أماكن اختفائها الغريبة.

وأن تقول باختصار : لماذا يضع الفرد قيمة للحب؟ ليس بالأمر السهل، ورغم ذلك فسوف أحاول، فالحب يجب أن تكون له قيمة منذ الوهلة الأولى لأنه فى حد ذاته مصدر للفرحة ورغم أن ذلك قد لا يكون أعظم قيمة للحب، فإنه يعد أساسيًا لكل القيم الأخرى.

«آه يا حب، يخطئون فيك كثيرًا

عندما يقال أن حلوك مرّ

رغم أن ثمارك الغنية

لا شيء أكثر منها حلاوة» .

والكاتب المجهـول لهذه الأبيات لم يكن ينشد حـلاً للإلحاد، أو مفتاحًـا لفهم الكون، بل كان يُمتّع نفسه فـحسب، والحب ليس فقط مصدرًا لـلفرحة، ولكن غيـابه مصدر للألم. وفي المقام الثـاني، فإن الحب يجب أن تكون له قـيـمـة لأنه يضـخم كل وأفـضل المتع مـثل الموسيقا وإشراق الشمس على الجبال ومنظر البحر تحت القمر الطالع. والرجل الذي لم يستمتع مطلقًا بالأشيـاء الجميلة عندما يكون بصحبة المرأة التي يحبها لا تكتمل معرفتـه بالقوة السحرية لهذه الأشياء. ومرة أخرى، فالحب قادر على تحطيم القشرة الصلبة للذات، وحيث إنه نوع من التـعاون الحيـوي تكون فيـه عواطف كـل طرف ضرورية لإشـباع الأغراض الغـريزية للطرف الآخر. ولقـد وجد في العـالم في أوقات مختلفة فلاسفة متفـردون عديدون، بعضهم كان شديد النبل وبعضهم كان أقـل من ذلك. والرواقيـون، والمسيـحيـون الأوائل اعتقـدوا أنه بإمكان الإنسان الوصـول إلى أفضل ما يمكن أن تحـققه الحـياة بإرادته وحدها أو على أية حال دونما أي مساعـدة بشرية، والبعض اعتبروا أن القوة هي غاية الحيـاة، وإن كانت لا تزال بالنسبة للبعض مجـرد متعة شخصية.

## (١١)

كل هذه عبارة عن فلسفات انفرادية، بمعنى أن الخير من المفروض أن يكون شيئًا يمكن تحقيقه فى كل فرد بمفرده وليس فقط فى مجتمع صغير أو كبير من الأفراد، كل هذه الآراء بالنسبة لتفكيرى، زائفة ليس فقط فيما يختص بالنظرية الأخلاقية ولكن كتعبيرات عن أفضل ما فى غرائزنا. فالإنسان يعتمد على التعاون، وقد أوتى الطبيعة وإن كانت بدرجة ما غير كافية هذا صحيح، وكذلك أوتى الجهاز الغريزى الذى يمكن أن تنبع منه الصداقة اللازمة للتعاون، والحب هو أول وأكثر صور العاطفة التى تقود إلى التعاون شيوعًا، وأولئك الذين جربوا الحب بأية درجة لن يقنعوا بفلسفة تفترض استقلال خيرهم عن خير أولئك الذين يحبونهم، وفى هذا الخصوص فالأحاسيس الأبوية تكون حتى أشد قوة ولكن الأحاسيس الأبوية فى أفضل صورها هى نتيجة للحب الذى وجد بين الوالدين، ولا أدعى أن الحب فى أقصى صوره شائع، ولكننى لا أزال أعتقد أن الحب فى أقصى صوره يكشف عن قيم كان لابد - فى غير هذه الحالة - أن تظل غير معروفة، وأنه فى حد ذاته له قيمة لا يعتورها الزهد رغم أن الزاهدين الذين لا يستطيعون الحب قد يُرجِعون عدم قدرتهم على الحب بطريقة زائفة إلى الزهد:

«الحب الحقيقى نار خالدة

تحترق دومًا فى العقل

لا تضعف، لا تموت ولا تبرد

ولا تتحول عن نفسها أبدًا» .

## (١٢)

وأعود مرة أخرى إلى ما قاله السيد **كرتش** عن المأساة. فهو مقتنع، وأوافقه على ذلك، أن «الأشباح» **لإبسن**، أردأ من «الملك لير»، «لا توجد قوة تعبيرية زائدة، ولا موهبة عظيمة مع الكلمات يمكنها تحويل **إبسن** إلى **شكسبير**. فالمادة التى صاغ منها الأخير أعماله، وإدراكه لكرامة الإنسان، وإحساسه بأهمية عواطف الإنسان ورؤيته لتنوع الحياة الإنسانية، لا يمكن ببساطة أن تكون **لإبسن** كما أنها لم تكن لأى من معاصريه، فالله والإنسان والطبيعة قد تضاءلوا خلال القرون التى مرت بين **شكسبير وإبسن**، ليس لأن المدرسة الواقعية للفن الحديث جعلتنا نتطلع إلى بشر حقراء، ولكن لأن حقارة الحياة الإنسانية قد فرضت علينا فرضًا نتيجة لنفس المراحل التى أدت إلى تقدم النظريات الواقعية للفن والتى بها يمكن تبرير رؤيتنا». وهذه بغير شك هى قضية أن طراز المأساة القديم الذى تعامل مع الأمراء وأحزانهم ليس مناسبًا لعصرنا. وعندما نحاول أن نتعامل بنفس الأسلوب مع أحزان فرد شاذ فلن يؤدى ذلك إلى إحداث نفس الأثار، وليس السبب هو تدهور نظرتنا للحياة ولكنه نقيض ذلك، إذ يرجع

فى الحقـيقة إلى أننا لا نستـطيع الآن اعتبار أن بعض الأشـخاص هم عظماء الأرض ولهم الحق فى العواطف المأسـاوية، بينما الباقون يجب أن يكدوا ويتعبوا لينتجوا عظمة هذه القلة.

**فشكسبير** يقول:

«عندما يموت الشحاذون لا تظهر مُذَنّبات

ولكن السموات ذاتها تلتهب معلنة موت الأمراء».

ففى أيام **شكسبير** كانت هذه العـاطفة تعبـر عن نظرة تكاد أن تكون كونية، رغم أن أحدًا لم يصدقهـا حرفيًا، وقد قبلها **شكسبير** نفسه. لهذا كان موت الشاعر كوميديًا بينما كان موت **قيصر وبروتس وكاسيوس** مأساويًا.

## (١٣)

والأهميـة الكونية لموت شخص، غيـر معروفة لنا لأننا أصـبحنا ديمقراطيين، ليس فقط فى أشكالنا الخارجيـة ولكن فى أعمق معتقداتنا أيضًا. فالمأساة المفـجعة فى أيامنا هذه يجب عليها الاهتـمام بالمجموع وليس بالفرد، ولسوف أعطى مثلاً لما أعنيه بكتاب «المجموع والإنسان» **لآرنست مولر**، ولا أدعى أن هذا العمل بنفس مستـوى جودة أعمال العصور الماضية، ولكنى أعتقد أنه نـظير لها بدرجة عادلة، فهو نبيل، شامل وواقعى، ويتـعلق بأعمال بطولية، و«يطهر القارئ عـبر التقلب

بين الإشفاق والرهبة»، كما طلب **أرسطو** فى العمل أن يكون، وهناك قليل من الأمثلة لهذا الطراز الحديث من المأساة حيث إن الأسلوب القديم والعادات القديمة كان يجب تركهما دون أن يحل محلها أمر تعليمى معتاد. فلكى يكتب فرد ما مأساة يجب أن يحس بالمأساة، ولكن لكى يحس بالمأساة يجب على الفرد أن يكون مدركًا للعالم الذى يعيش فيه، ليس فقط بعقله، ولكن بدمه وأعصابه. والسيد **كرتش** يتحدث عبر كتابه وعلى فترات متلاحقة عن اليأس، وأنه لمؤثر للغاية قبوله البطولى لعالم كئيب، ولكن الكآبة ترجع إلى حقيقة أنه هو ومعظم المثقفين لم يتعلموا بعد أن يحسوا بالعواطف القديمة كاستجابة لمنبهات جديدة، فالمنبهات موجودة ولكن ليس فى الحلقات العلمية، فالحلقات العلمية ليس لها اتصال حىّ بحياة المجتمع رغم أن مثل هذا الاتصال يعد ضروريًا إذا ما كان لأحاسيس الرجال الجديةُ والعمقُ اللذين بهما تتصاعد المأساة أو السعادة الحقيقية.

## (١٤)

ولكل الشباب الموهوبين الذين يدورون حول الأحاسيس بأن العالم ليس فيه شىء مهم ليعملوه، يجب أن أقول : «دعوا محاولة الكتابة وبدلاً من ذلك حاولوا ألا تكتبوا، اذهبوا إلى العالم، ولتصبحوا قراصنة، أو ملوكًا فى بورنيو، أو عمالاً فى روسيا

السوفيتية، وامنحوا أنفسكم وجودًا يستحوذ فيه إشباع رغباتكم الجسدية الأولية على كل طاقاتكم».

ولا أقترح هذا المسار لكل فرد ولكن فقط لأولئك الذين يعانون من المرض الذى يشخصه السيد **كرتش**، وأعتقد أنه بعد عدد من السنين فى مثل هذا الوجود فإن المفكر السابق سيجد أنه بالرغم مما يبذله من مجهود لا يستطيع الإقلاع عن الكتابة، وعندما يحين هذا الوقت لن تبدو له كتابته عديمة القيمة.

# الفصل الثالث

# التنافس

## (١)

إذا سألت أى رجل فى أمريكا أو أى رجل أعمال فى إنجلترا: ما الشىء الذى يتعارض مع استمتاعه بوجوده؟ فسوف يجيبك : «الصراع من أجل الحيـاة». هو يقـول ذلك بكل إخـلاص لأنه يؤمن بذلك، وبمدلول ما، يُعَدُّ ذلك صحيحًا، ولكن بمدلول آخر شديد الأهمية يعد ذلك زائفًا بدرجة كبيرة. فـالصراع من أجل الحياة أمر يحدث بالطبع، لأنه قد يحدث لأى منا إذا ما كان سيىء الحظ، فقد حدث مثلاً لبطل كونراد «فولك» الذى وجد نفسه على متن سـفينة مهجورة واحداً من اثنين من رجال الطاقم يحملان سلاحًا ناريًا، وليس أمامهما من طعام سوى غـيرهما من الرجال. وعندمـا انتهى الرجلان من الوجـبة التى اتفقـا عليها، بدأ بينهمـا صراع حقيـقى من أجل الحياة. وقد انـتصر «فولك» ولكنه صار بعد ذلك نباتيًا إلى الأبد.

## (٢)

بالطبع ليس هذا ما يقصده رجل الأعمال عندما يتحدث عن الصراع من أجل الحياة، فهى جملة غير دقيقة التقطها واستخدمها كى يضفى الأهمية على أمر تافه فى أساسه. اسأله : كم من الرجال الذين عرفهم من طبقته ماتوا جوعًا؟ اسأله : ما الذى حدث لأصدقائه عندما حاق بهم الخراب؟ فكل فرد يعلم أن رجل الأعمال الذى حاق به الخراب يزيد كثيرًا فيما يملك من وسائل الراحة المادية، أى رجل لم يكن أبدًا غنيًا بالدرجة الكافية التى تسمح بخرابه، فالذى يعنيه الناس إذن بالصراع من أجل الحياة هو فى الحقيقة صراع من أجل النجاح، وما يخشاه الناس عندما ينشغلون فى الصراع ليس أنهم قد يفشلون فى الحصول على إفطار صباح اليوم التالى، ولكن فى أنهم قد يفشلون فى التحيّز عن جيرانهم.

وإنه من الغريب ألا يدرك البشر بدرجة كافية أنهم ليسوا فى قبضة آليات لا فكاك لهم منها، إنما هم يدورون فى طاحونة العمل لأنهم لم يدركوا قط أنها لم تدفع بهم لأعلى. أنا أفكر بالطبع فى رجال الأعمال فى المستويات العالية وهم الرجال الذين لديهم دخل جيد ويمكنهم لو شاءوا أن يعيشوا على ما يملكونه، ولكنهم إن فعلوا، فسيبدو ذلك لهم أمرًا مشينًا كأفراد من الجيش عند مواجهة العدو، رغم أنك إن سألتهم عن الهدف العام الذى يخدمونه بعملهم هذا، فسوف يحسون بالحيرة خاصة عندما يراجعون التفاهات التى توجد

بالإعلانات عن تلك الحيـاة الجادة. فلننظر إلى حياة شخص بالكيـفية التالية: لديه، كـما قد نفترض، منزلاً بديعًا وزوجة جـميلة، وأطفالاً فاتنـين، هو يستيـقظ مبكرًا فـى الصباح وهـم لا يزالون بعد نيـامًا، ويسرع إلى مكتبه حيث يكمن واجبه فى إظهار مواهب المدير العظيم، ففكه قوى الانطباق، وحديثه قاطع، ومظهـره متحفظ ومحسوب بدقة ليؤثر فـى كل شخص فيـما عـدا فراش مكتبـه، وهو يملى الخطابات ويتحدث تليفونيًا مع الكثـير من الأشخاص المهمين، ويدرس السوق، ثم يذهب لتناول الغـداء مع بعض الأشخـاص الذين يعـقد معـهم أو يأمل أن يعقـد معـهم صفقـة ما. ويحدث نفس الشـئ فترة مـا بعد الظهر، ويصل البيت متـعبًا والوقت يكاد يكفى بالكاد لارتداء ملابس العشاء، وعلى العـشاء، عليه أن يَدّعى هو وعددٌ من الرجـال المتعبين أمثـاله أنهم يستمتـعون بصحـبة السيدات الـلاتى لم يحلّ بهن التعب بعد، ومن المستحيل التنبؤ بالوقت الذى قد يستغرقه هذا المسكين حتى يتمكن من الهروب، وأخيرًا ينام ويهدأ توتره لقليل من الساعات.

## (٣)

الحيـاة العملية لهـذا الرجل لها الخصائص النـفسية لسـباق المائة ياردة، ولكن لأن النهاية الوحيـدة للسباق الذى يشترك فيـه هو القبر، فإن التـركيز الذى يعـد ملائمًا لمسافـة مئة ياردة يصـبح بالنسبة لحـياة بكاملها أمـرًا مفرطًا! فما مـدى ما يعرفه عن أولاده؟ فـهو خلال أيام

الأسبوع يكون فى مكتبه، وفى أيام الأحد يكون فى نوادى الجولف، وما مدى ما يعرفه عن زوجته؟ فهو عندما يغادر فى الصباح تكون لا تزال نائمة، وعبر المساء بكامله يكون هو وهى مشغولين بالواجبات الاجتماعية التى تمنعهما من إجراء أى حوار حميم، وربما لا يكون له صداقات مهمة مع أىّ من الرجال، رغم أن لديه صحبة يجد معها السرور الذى يود أن يحسه فعلاً، وما يعرفه عن أوقات الربيع والحصاد هو آثارهما على السوق. وربما يكون قد شاهد دولاً أجنبية ولكن بعيون يملؤها ملل عظيم، أما الكتب فتبدو له عديمة الجدوى، والموسيقا نوع من التعالى، وسنة بعد أخرى يصبح أكثر وحدة ويزداد انتباهه تركيزًا وتذيل حياته الخارجة عن إطار العمل تمامًا.

## (٤)

وقد شاهدت النموذج الأمريكى لهذا الطراز بأوروبا فى صورة رجل فى النصف الأخير من عمره تصحبه زوجته وابنتاه، وكان من الواضح أنهن قد أقنعن هذا المسكين بأن الوقت قد حان ليحصل على إجازة وأيضًا لتحصل البنتان على فرصة لتعرفا العالم القديم، وتتحلقن الثلاث حوله فى نشوة بالغة تلفتن نظره لكل شىء طريف يبدو لهن، ورب الأسرة متعب غاية التعب، وقد بلغ به الملل مداه يتساءل عما يفعلونه فى هذه اللحظة بالمكتب، أو عن الذى يحدث فى عالم البيسبول، وأخيرًا تدعه السيدات لحاله وقد قررن أن الرجال

ماديون ولا يشــرق فى وعيهم أبدًا أنه ضحــية جشــعهم، وهذا بالطبع ليس صحــيحًا كــما قــد يبدو فى نظر الرجل الأوروبى عندمــا يشاهد الأرملة الهندية تموت حرقًــا حُزنًا على زوجها، فــفى تسع حالات من كل عشر تكون الأرملة ضحــية مذعنة تهيأت للموت حــرقًا فى سبيل المجد، ولأن الدين قد أمر بذلك، ودين رجل الأعمال ومجده يتطلبان منه جمع الكثير من المال مما يجعله كالأرملة الهندية يعانى هذا العذاب راضيًا سعيدًا.

ولكى يصبح رجل الأعمال الأمريكى أسعد حالاً يجب عليه أولاً أن يغيِّر دينه، فطالما كان لا يرغب فى النجــاح فحسب، بل هو مقتنع قناعــة كاملة أنه من واجــب المرء أن يسعى وراء النجــاح، وأن من لا يفعل ذلك يعد مــخلوقًا ضعيفًا، فــستظل حياته غير ســعيدة من شدة التركيز وشدة القلق.

خذ مــثلاً بسيطًا وهو الاستــثمار، فكل أمــريكى تقريبًا سيــفضل الحصول على عائد ٨٪ من استثمار به مجازفة عن ٤٪ من استثمار آمن، والنتيــجة هى الخسارة المتكررة للمــال والقلق المستمر. وبالنــسبة لى، فمــا أرغب أن يوفره المال هو الفــراغ مع الأمان. أمــا ما يرغب الرجل الحديث فى الحصــول عليه من المال فهو مال أكثــر لكى يتباهى ويتعاظم ويبز أولئك الذين كانوا حتى الآن أندادًا له.

## (٥)

والسلم الاجتماعى فى أمريكا لا نهاية له، ومتقلب باستمرار، وبالتالى فكل عواطف التعالى والعنجهية تصبح أكثر تذبذبًا عما لو كان النظام الاجتماعى ثابتًا. فرغم أن المال فى حد ذاته قد لا يكفى لجعل الناس عظماء، فإنه من الصعب أن يكون المرء عظيمًا دون مال، وفوق ذلك، فالمال الذى يجمعه الفرد هو المعيار المقبول للذكاء، فالذى يجمع الكثير من المال يعد شخصًا ذكيًا، والرجل الذى لا يفعل ليس ذكيًا، ولا أحد يحب أن يكون غبيًا، لذلك يشعر رجل الأعمال بنفس شعور الصغار عند الامتحان إذا ما انتابت السوق تقلبات حرجة.

## (٦)

أعتقد أنه يجب الاعتراف بأن عنصرًا حقيقيًا- وإن كان غير رشيد- من الخوف مما قد يجره الخراب يعد من مقلقات رجل الأعمال. **فأرنولد بنيت كلاى هانجر،** على غناه الشديد ظل طوال حياته خائفًا من الموت فى سجن المفلسين، ولا شك عندى فى أن الذين عانوا فى طفولتهم من الفقر الشديد تنتابهم مخاوف أن يعانى أولادهم نفس المعاناة ويشعرون أنه من الصعب بناء ما يكفى من الملايين لوقايتهم من هذه الكارثة. مثل هذه المخاوف قد تكون حتمية فى الجيل الأول ولكن من المستبعد أن تصيب أولئك الذين لم يجربوا

الفقر الشديد علي الإطلاق، ولكن هناك عنصراً صـغيراً واستثنائيًا فى هذه المشكلة. فـجذور المشكلة تنبع من الأهمـية القصـوى التى تُعْطَى للنجـاح فى التنافس على أنه المصدر الرئيـسى للسعـادة، ولا أنكر أن الإحساس بالنجاح يجعل الاستمـتاع بالحياة أسهل. فالرسام الذى ظل طوال شـبابه مـغمـوراً سوف يكون على الأرجح أسـعد إذا مـا نالت موهبته الاعتراف، كـما لا أنكر أن المال - إلى مدى محدد - له قدرة كبيرة على زيادة السعادة، وبعد هذا الحد لا أعتقد أنه يفعل ذلك، وما أؤمن به هو أن النجـاح عبـارة عن أحد مكونات السـعادة وأن الثـمن الذى يدفع فيه يكون فادحًا إذا ما تمت التضحية بكل المكونات الأخرى من أجله فقط.

## (٧)

ومصـدر هذه المتاعب هى فلسفـة الحياة الشائعـة فى دوائر رجال الأعمال. ففى أوروبا، من الصحيح أن هناك بعض المستويات الأخرى التى لا تزال تحظى بالمكانة، ففى بعض الدول تجد الأرستقراطية، وفى كل الدول يوجد المهنيون المتعلمون، وفى جميع الدول فيما عدا القليل من الدول الأصغر يتمـتع الجيش أو البحرية باحترام كـبير، وبينما من الصحيح أنه يوجد عنصر تنافس فى النجاح مهما كانت مهنة الإنسان. ففى نفس الوقـت فإن الذى يُحتـرم ليس هو النجاح فـحسب، ولكن الامتياز مهما كـان مدلوله والذى إليه يرجع هذا النجاح. فرجل العلم

قد يجمع مـالاً أو لا يجمع، وهو بالتأكيـد لا يتمتع باحتـرام أكبر إذا جمع المال عما لو لم يجمـع، فلا أحد يندهش إذا ما وجد جنرالاً أو أدميرالاً فقيرًا، فـالفقر فى هذه الظروف هو، بمدلول معين، شرف فى حد ذاته! لهـذه الأسباب تـنحصر مـعركة التنافس المـالى الصرف فى أوروبا فى مستويات معينة، وهذه المستويات ليست هى الأكثر نفوذًا أو الأكثر احتـرامًا. ففى أمريكا العكس هو الصحيح، فـالخدمات تلعب دورًا صغيرًا جـدًا فى الحياة القومية بما لا يتيح لمعـاييرها أى نفوذ. أما بالنسبة للمهنيين المتـعلمين فلا يمكن لأى غريب عن المهنة القول بما إذا كان الطبيب يعلم فعلاً الكثيـر عن الطب أو المحامى يعرف فعلاً الكثير عن القانون، وبالتـالى فمن الأسهل الحكم علـى مزاياهم من دخلهم ويمكن استنتاج ذلك من مسـتوى معيشتهم. أما بالنسـبة للأساتذة فهم الخدم المأجورون لرجال الأعمال وبالتالى فـهم يتمتعون باحترام أقل مما يتمـتع به أقرانهم فـى الدول الأقدم ونتيـجة هذا كله أنه فى أمـريكا، الرجل الذى يعمل أستاذًا يقلد رجل الأعمال ولا يشكل طرازًا منفصلاً كمـا يفعل فى أوروبا وعلى ذلك فعـبر الطبقـات الميسورة بأكـملها لا يوجد مـا يلطف المعركة المعلنـة والتى لا هوادة فيهـا من أجل النجاح المالى.

## (٨)

منذ فتـرات بعيدة كان الصبـية الأمريكيون يشـعرون أن ذلك هو الأمر الوحيد المهم، ولا يرغبون فى أن ينشغلوا بأى نوع من التعليم لا

يحتـوى على قيمـة مالية. والتـعليم يُعتقـد بدرجة كبـيرة أنه نوع من التدريب من أجل المتعة، والمتعة التى أعنيها هى تلك النوعيات الرفيعة التى لا تتـاح لغيـر المثقفـين تمامًا. ففـى القرن الثـامن عشر كـان من علامات السـيد المهذب (الچنتلمان) أن يجـد متعة متـميزة فى الأدب والتصوير والموسـيقا، ونحن قد لا نتـفق الآن مع ذوقه آنذاك، ولكنه على الأقل كان ذوقًا أصيلاً. أما الرجل الغنى فى هذه الأيام فهو أميل لأن يكون من طراز مخـتلف تمامًا، فـهو لا يقرأ مطلقًـا وهو إذا أنشأ صالونًا لعـرض اللوحات الفنية لكى يوسع من مـجال شهرته يعـتمد على الخبراء ليخـتاروا له اللوحات. والمتعة التى يحصل عـليها ليست متـعة النظر إلى هذه اللوحـات، ولكنها متـعة حرمـان بعض الأغنياء الآخرين اقتناءها. وبالنسبة للموسيـقا، فإذا حدث أن كان يهوديًا فقد يكون له تقييم صادق، أما إذا لم يكن كذلك فسيظل جاهلاً بهذا الفن بنفس جهله لباقى الفنون الأخرى. ونتيجة هذا كله ألا يعرف ما يفعله بوقت فراغه. ولأنه يصبح دائمًـا أغنى وأغنى يكون أسهل وأسهل أن يجمع المال، إلى أن يصل إلى أن يأتيه فى خمس دقائق يوميًا مال أكثر مما يستطيع إنفـاقه، ويكون المسكين قد وصل بذلـك إلى متاهة نتيـجة لنجاحه، ولابد أن تكون هذه هى الحـالة طالما كان النجاح فى ذاته هو الغرض الأوحـد للحيـاة، وما لم يكن الإنسـان قد تعلم مـاذا يصنع بالنجـاح بعد أن يحصل عليـه، فإن إنجـازه للنجاح، لابد وأن يتـركه فريسة للملل.

## (٩)

والخاصية التنافسية للعقل تغزو بسهولة مناطق لا تنتمى لها، خذ كمثال موضوع القراءة، فهناك حافزان لقراءة كتاب، أحدهما أنك تستمتع بذلك والآخر أنك تستطيع التباهى به. لقد أصبح من الشائع الآن فى أمريكا أن تقرأ السيدات (أو تتظاهرن بقراءة) كتبًا معينة كل شهر، البعض تقرأنها والبعض تقرأن الفصل الأول وبعضهن تقرأن الملخصات، ولكن الجميع لديهن هذه الكتب على المنضدة، وهن لا يقرأن أيًا من الأعمال المتميزة، فكتاب «هاملت» أو «الملك لير» لم يكونا من مختارات نوادى الكتاب فى أى شهر من الشهور ولم يكن ضروريًا فى أى شهر من الشهور التعرف على دانتى، وبالتالى فما يقرأن هو الكتب الحديثة متوسطة القيمة وليست الأعمال المتميزة، وهذا أيضًا يعد من آثار التنافس، وربما لا يكون ذلك سيئًا تمامًا، حيث إن السيدات - موضع الحديث - إذا تُركن لأنفسهن بعيدًا عن قراءة الأعمال المتميزة، فسوف يقرأن كتبًا أسوأ من تلك التى اختيرت لهن بواسطة رعاتهن وأساتذتهن فى نوادى الكتاب.

## (١٠)

والتركيز على التنافس فى الحياة الحديثة مرتبط بالتحلل العام لمعايير التمدين والذى لابد وأنه قد حدث فى روما بعد العصر

الأوجستينى، فالرجال والنساء يبدو أنهم قد أصبحوا غير قادرين على الاستمتاع بالمتع الفكرية الخالصة، ففن التحاور العام مثلاً والذى وصل إلى درجة الكمال فى الصالونات الفرنسية فى القرن الثامن عشر كان لا يزال عادة حية منذ حوالى أربعين عامًا خلت، ولقد كان فنًا متميزًا جدًا ويوظف أعلى الملكات فى سبيل شئ غير ظاهر على الإطلاق، ولكن من فى عصرنا الحالى يهتم بشئ كهذا؟ ففى الصين كان هذا الفن مزدهرًا إلى درجة الكمال منذ عشر سنوات مضت، ولكنى أتصور أن المهمة المتحمسة للوطنيين قد قضت على وجوده تمامًا منذ ذلك الحين.

ومعرفة الأدب الجيد الذى كان شائعًا بين المتعلمين منذ خمسين أو مئة عام مضت أصبح محصورًا الآن فى قليل من الأساتذة المتخصصين وكل المتع الهادئة تم اعتزالها؛ فقد أخذنى بعض الطلاب الأمريكيين للتجول فى الربيع عبر الغابة المحيطة بمنشآت الجامعة وكانت مليئة بالزهور البرية الرائعة، ولم يعرف أى من المرشدين المصاحبين لى اسم أى زهرة منها، فما فائدة مثل هذه المعرفة؟ إنها لا يمكن أن تضيف إلى دخل أحد!!

## (١١)

والمشكلة لا تتعلق ببساطة بالفرد كما لا يمكن لأى شخص بمفرده منعها فى حالته الخاصة بعينها، فالمشكلة تنبع من فلسفة الحياة التى

يستقبلها الجميع بوجه عام، والتى يعملون وفقًا لها فالحياة اختبار وتنافس يُمنح الاحترام فيهما للمنتصر. وهذه النظرة تقود إلى إعمال الإرادة على حساب الإحساس والفكر، أو ربما نكون- عندما نقول ذلك- نضع العربة أمام الحصان، فالأخلاقيون المتطهرون قد أكدوا على الإرادة فى العصور الحديثة رغم أن الإيمان كان هو ما ركزوا عليه أصلاً، ربما كانت عصور التطهر قد أفرزت سلالة نمت الإرادة فيما نموًا زائدًا بينما ذبل فيها الإحساس والفكر، ومثل هذه السلالة تبنت بالتالى فلسفة التنافس على أنها الأكثر توافقًا مع طبيعتها، ومهما كان أمر ذلك، فإن هذا النجاح الهائل لهذه الديناصورات الحديثة والتى تماثل أسلافها التى وجدت فى عصور ما قبل التاريخ فى تفضيلها للقوة على الذكاء، يؤدى إلى أن يقلدهم الجميع على مستوى العالم. فقد أصبحوا نموذجًا للرجل الأبيض فى كل مكان، ولسوف يظل ذلك على الأرجح هو الحال للمئة سنة القادمة. أما أولئك الذين لم يسايروا هذه البدعة فقد تريحهم فكرة أن الديناصورات لم تنتصر فى النهاية لأنها أفنت بعضها البعض وورث المتفرجون الأذكياء مُلكهم، وديناصوراتنا الحديثة يفنى بعضهم البعض، فليس لهم فى المتوسط طفلان لكل زواج، وهم لا يستمتعون بالحياة لدرجة تكفى لجعلهم يرغبون فى إنجاب أطفال.

وعند هذه النقطة فإن هذه الفلسفة العنيفة بدرجة غير لازمة والتى نقلوها عن أجدادهم المتطهرين تظهر نفسها عاجزة عن التكيف مع

العالم. فأولئك الذين تؤدى بهم نظرتهم للحـياة إلى الإحساس بقليل جدًا من السعادة إلى الـدرجة التى تجعلهم غير مهتـمين بإنجاب أطفال بيولوچيًا هالكون. فالتنافس إذا ما اعتبر الأمر الرئيسى فى الحياة يكون شديد البشاعة وشديد التشبث، فهـو إلى حد كبير عبارة عن عضلات متوترة وإرادة مصممة بدرجة لا يمكن معها صنع أساس محتمل للحياة لأكثر من جـيل واحد أو جيلين على الأكثر، بعـد هذه الفترة لابد أن يحدث الإرهـاق العصبى والمظـاهر المختلفة لـلهروب والسعى المـتوتر والصعب وراء المتعـة مثله فى ذلك مثل السعـى وراء العمل (حيث إن الاسترخاء أصبح مستحيلاً)، وفى النهاية اختفاء السلالة نتيجة العقم. وليس العمل فـحسب هو الذى تسمم نتـيجة فلسفـة التنافس، فوقت الفراغ قد تسـمم هو الآخر بنفس الدرجة، فالفراغ الهـادئ الذى يعيد الراحة للأعصاب أصبح مُمِلاً، ولابد أن يحدث تصـعيد مستمر نهايته الطبيعية المخدرات ثم الانهيـار، وعلاج ذلك يكون بقبول المتعة العاقلة الهادئة فى حياة متوازنة المُثُل.

# الفصل الرابع

# الملل والإثارة

## (١)

فى رأيى أن الملل كعنصر من عناصر السلوك الإنسانى قد صادف اهتمامًا أقل كثيرًا مما يستحقه، فأنا أعتقد أنه كان من أعظم القوى المحركة عبر الأحقاب التاريخية ولا يزال كذلك الآن أكثر من أى وقت مضى. ويبدو أن الملل من العواطف الإنسانية البحتة، فصحيح أن الحيوانات فى الحبس تكون فاترة الهمّة، تخطو هنا وهناك وتتثاءب ولكن فى حالتها الطبيعية لا أعتقد أنها تشعر بشئ شبية بالملل، فهى فى معظم الوقت تتطلع اتّقاءً للأعداء أو بحثًا عن الطعام أو كلا الأمرين معًا، وأحيانًا تتزاوج وأحيانًا أخرى تحاول أن تظل دافئة ولكنها - حتى وهى غير سعيدة - لا أعتقد أنها تحس بالملل، وربما كانت القردة الشبيهة بالإنسان تماثلنا فى خاصية الإحساس بالملل كما تماثلنا فى غيرها من الخصائص، ولكن لأنى لم أعش معهم مطلقًا فلم تسنح

لى فرصة إجراء التجربة. وأحد المكونات الأساسية للملل هو المقارنه بين الظروف القائمة وبعض الظروف الأخرى الأكثر تقبلاً، والتى تفرض نفسها بشدة على تصورات الإنسان. ومن مكونات الملل الأساسية أيضًا ألا تكون قدرات الفرد قد تم توظيفها بالكامل، وكما أتصور فإن الهرب من الأعداء الذين يحاولون الفتك بك ليس بالأمر الممتع ولكنه بالتأكيد لا يسبب الملل فالإنسان لا يمكن أن يحس بالملل وهو يتم إعدامه ما لم تكن شجاعته فوق إنسانية وبنفس الكيفية، لم يتثاءب أحد قط خلال إلقائة لأول خطبه له فى مجلس اللوردات باستثناء المرحوم دوق ديفونشير، والذى احترمه اللوردات لذلك كثيرًا، فالملل هو بالضرورة رغبة عرضيّة فى وقوع أحداث، ليست بالضرورة ممتعة، ولكن وقوعها فى حد ذاته يمكن ضحية السأم من التفرقة بين اليوم ويوم آخر، ونقيض الملل، فى كلمة واحدة، ليس السرور ولكن الإثارة.

## (٢)

والرغبة فى الإثارة عميقة الجذور فى البشر وخاصة فى الذكور، وأنا أفترض أن إشباع هذه الرغبة فى مرحلة الصيد والقنص من التطور الإنسانى كان أسهل كثيرًا عنه فى أى وقت لاحق، فالمطاردة كانت مثيرة والحرب كانت مثيرة ومطارحة الغرام كانت مثيرة، فالرجل البدائى كان بإمكانه أن يزنى بامرأة وزوجها نائم بجوارها وهو يعلم أن الموت سيكون مصيره فى اللحظة التى قد يستيقظ فيها زوجها؛

وأتصـور أن مثل هذا الموقف غـير ممـل على الإطلاق، ولكن بحلول مـرحلة الزراعة أصـبحت الحـياة كـالحة فـيـما عـدا بالطبع بالنسبـة للأرسـتقراطـيين الذين ظلوا يعيـشون ولا يزالون فى مـرحلة الصـيد والقنص. ونحن نسمع كثيراً عن الضجر من رتوب الآلة ولكنى أعتقد أن الضجر من الزراعة بالوسائل القديمة كان على الأقل بنفس الدرجة، وفى الحقيـقة، وعلى النقيض مما يؤمن به المحـبون لخير البـشرية، فأنا أجد أن عـصر الآلة قد اختـزل بدرجة كبـيرة كميـة الملل فى العالم، فالذين يـكسبون أجـورهم بالعمل لا يكونون خـلال ساعـات العمل منفردين، ويشغلون سـاعات المساء بوسائل اللهـو والتسلية وهى التى كان من المستحيل وجودهـا فى قرية ريفية على النمط القديم. ولننظر مرة أخرى إلى التغير الذى حدث فى حـياة المستوى الأدنى من الطبقة المتوسطة، ففى الأيام الغابرة وبعـد أن تكون الزوجة والبنات قد فرغن من إخلاء المائدة بعـد العشاء، كان الجمـيع يتحلقون لينعـموا بما كان يسمى بسهـرة عائلية سعيـدة، وكان ذلك يعنى أن رب الأسرة يذهب للنوم وتقـوم زوجته بأشـغال الإبرة، ويود البنات لو كنّ مـوتى، فلم يكن مسموحًا لهن بالقراءة أو بمغادرة المنزل حيث كان من المفترض أن يتحدث معـهم والدهم خلال هذا الوقت ، الأمر الذى لابد وأنه كان مـبعث السـرور لكل الأطراف، وبالحظ المواتى، يتـزوجن فى النهـاية وتكون لهن فرصـة أن يجعلن فترة شـباب أطفالهن بائسـة على غرار شبابهن، أما إذا لم يكن لهن حظ، فسيـصبحن عوانس وربما يصبحن فى النهـاية نساء مـهذبات باليـات، وهو المصيـر البشع المـماثل الذى يفرضه المتوحشون على ضحاياهم.

## (٣)

كل هذا الكم من الملل يجب أن يتصوره العقل عند تقييم ما كان عليه العالم منذ مئة عـام مضت، وعند الرجوع إلى أبعد من هذا نجد أن الملل كان أسوأ بكثـير. فلتتصور رتوب الشتـاء فى القرى القديمة، فالـناس لم يكن بإمكانهم القـراءة ولا الكتابه ولم يكن لديهم سـوى الشموع للإضـاءة بعد الغروب، وكان دخان النار يملأ الغرفـة الوحيدة التى ليست باردة برودة مريرة، كانت الطرقات مستحيلة الاستخدام بما يصعب معه على أى فرد أن يرى فردًا من قرية أخرى، ولابد أن الملل كان عظيمًا بنفس الدرجـة التى أدت إلى ممارسة «اصطياد الساحرات» على أنها الرياضة الوحيدة التى عن طريقها يمكن تحمّل أمسيات الشتاء.

## (٤)

نحن أقل إحساسًـا بالملل من أسلافنا، ولكننا أكثـر خوفًا منهم، فقد أمكننا مـعرفة أو اعتقاد أن الملل ليس جزءًا من النصـيب الطبيعى للإنسان، ولكن يمكن تجنبه بالسعى الدءوب وراء الإثارة. فالفتيات فى أيامنا هذه يكسبن ما يمكّنهن من العيش، ويؤدى ذلك بالدرجة الأولى إلى تمكنهن من السـعى وراء الإثارة فى المسـاء والهـرب من «السهـرة العائلية السعيدة» التى كان على جداتهن تحملها. وكل فرد، طالما كان بمقـدوره ذلـك، يعـيش فى المديـنة. وفى أمـريكا، أولـئك الذين لا

يستطيعون أن يمتلكوا سيارة، أو على الأقل «موتوسيكلاً» ليحملهم إلى السينما، فالشباب من الرجال والنساء يتقابلون بصعوبة أقل مما كان عليه الوضع قبلا، وكل شابة تتوقع على الأقل مرة فى الأسبوع كمّاً من الإثارة كان يكفى بطلة من بطلات الكاتبة چين أوستن لمدى رواية كاملة.

## (٥)

وكلما ارتفعنا فى السلم الاجتماعى، كلما كان سعينا وراء الإثارة أكثر حدة، فالقادرون يكونون فى حركة مستمرة من مكان لمكان يحملون معهم أينما ذهبوا المرح، الرقص والشراب، ولكن لسبب ما يتوقعون دائمًا أن استمتاعهم بكل ذلك سيكون أعظم فى مكان جديد. والذين عليهم أن يكسبوا معيشتهم لديهم نصيبهم من الملل، بمنطق الضرورة، خلال ساعات العمل. أما الذين لديهم مال كاف يحررهم من الحاجة إلى العمل، فمثلهم الأعلى هو حياة خالية تمامًا من الملل، وإنه لمثل أعلى نبيل وبعيد تمامًا عن أن أندد به، ولكنى أخشى أن يكون كأى مثل أعلى آخر، صعب المنال عما يتصوره المثاليون.

وعلى أية حال، كلما كانت الأمسيات مثيرة، كانت أوقات الصباح مملة بنفس النسبة وسيكون هناك مرحلة منتصف العمر وربما أيضًا شيخوخة، فعند العشرين يعتقد الرجال أن الحياة ستنتهى عند

الثلاثين، وأنا، عند عـمر الخامسـة والثمانين، لا أستطيع تبنـى وجهة النظر هذه، فربمـا ليس من الحكمة أن ينفق الإنسـان رأسماله الحـيوى كرأسماله النقدى.

وربما كـان وجود عنصـر الملل من المكونات الضـرورية للحيـاة، والرغبة فى الهرب من الملل هى رغبة طبيعية، فالحقيقة أن كل أجناس البشر تُظهر ذلك مـا سنحت الفرصة، فالمتوحشون عندمـا ذاقوا الخمر لأول مرة علـى يد الرجل الأبيض، وجدوا أخـيرًا مهـربًا من الرتوب الذى استمـر العمر بكامله، وكانوا، لولا تدخل الحكومة، سـيغرقون أنفسـهم فى الخمر حتى المـوت العربيد. والحروب والمذابح وحـملات الاضطهاد كـانت كلها بعـضًا من مـحاولات الفرار من المـلل، حتى المشـاحنات مع الجيـران كانت دائمًـا أفضل من لا شئ، فـالملل إذن، مشكلة حيـوية للأخلاقيين، حيث أن نصف ذنوب الـبشر على الأقل ترجع إلى الخوف منه.

## (٦)

والملل لا يجب اعـتبـاره، على أية حـال، بكامله شرًا، فـهناك طرازان منه، أحدهما ذو أثر إيجـابى والآخر سلبى الأثر، والطراز ذو الأثر الإيجابى ينشأ عن غياب المخدرات، أما الطراز سلبى الأثر فينجم عن غـياب الأنشطـة الحيـوية، وأنا لست على اسـتـعداد للقـول بأن المخدرات لا يمكن أن تلعب دورًا طيبًا فى الحياة على الإطلاق، فهناك

لحظات على سبيل المثـال يوصف فيها الأفيـون بواسطة طبيب حكيم، وأعتـقد أن هذه اللحظات أكثر شـيوعًا فى الحيـاة عما يظنه محـرموا المخدرات. واشتهاء المخدرات أمر لا يمكن تركه للبواعث الطبيعية غير المفيدة، ونوع الملل الذى يحسه الشـخص المعتاد على تعاطى المخدرات إذا حرمـها (أو حرّم تـعاطيهـا) لا يمكننى أن أصف له علاجًـا سوى الوقت. وما ينطبق على المخـدرات ينطبق أيضًا فى حدود مـعينة على كل نوع من أنواع الإثارة، فالحياة المليئـة جدًا بالإثارة هى حياة مرهقة تحتاج باستمرار إلى منبهات أقوى لتعطى النشوة التى أصبح من المعتقد أنها من المكونات الضرورية للمتعة، والشخص المعتاد على الكثير جدًا من الإثارة يشبـه الشخص الذى لديه اشتهـاء للفلفل الأسود، والذى يصل فى النهاية إلى عـدم القدرة على تذوق كميـة من الفلفل الأسود قد تؤدى بأى فرد آخر إلى الغصة.

## (٧)

وهناك عنصـر ملل لا يمكن انتزاعـه من تجنب الإثارة الزائدة عن الحد، فـالكثير جـدًا من الإثارة لا يضر فقط بالصـحة وإنما يؤدى إلى تبلد إمكانية الإحساس بأى نوع من المتعة، وإلى أن يحل التلذذ السريع محل الإشباع البدنى الوافر، والنباهة محل الحكمة، والمدهشات الحادة محل الجمال.

ولا أود أن أتطرف فى الاعتراض على الإثارة، فكمية معينة منها تعد مناسبة ولكنهـا كأى شئ آخر تقريبًا تعد أمرًا كميًا، فالقليل جدًا منها يؤدى إلى اشتهاءات مُرْضية والكثير جدًا منها يؤدى إلى الإرهاق، وبالتالى، فما يعـد ضروريًا للحياة السعيدة أن تتوافـر قدرة معينة على تحمل الملل، وهذه من الأمور التى يجب تلقينها للنشء.

## (٨)

كل الكتب العظيمـة تحتوى على أجـزاء مملة، وكل حياة عظيـمة اشتملت على فـترات غير مثيـرة، تخيل ناشرًا أمريكيا مُـحْدَثًا يواجه لأول مرة بالتوراة على أنهـا كتاب جديد معـروض عليه للنشر. ليس من الصـعب تخيل تعلـيقـه على ذلك، فمـثلاً بـالنسبـة لتسلسـلات الأنساب ، سيقول : «سيـدى العزيز، هذا الفصل يفتقر إلى الإثارة، فلا يمكن أن تتوقع من قـارئك أن يكون مهتمًا بمـحض تسلسل أسماء أشخاص مـا تقول له عنهم قليل جدًا. إنى أعتـرف أنك بدأت كتابك بأسلوب رفـيع وأن انطباعى فى الـبداية كـان جيـدًا، ولكنك ترغب بشـدة فى أن تحكى كل شىء. انتق الموضوعـات المهمـة وتخلص من الأجزاء التى لا لزوم لها ثم أحضر الأصل عندمـا تختصره إلى الحجم المناسب. هكذا سـيتـحدث الناشـر المحدَث، لعلمـه بخوف الـقارئ المعاصر من الملل، وسيقـول نفس الأشياء عن مؤلفات **كونفـوشيوس** وعن القرآن وكـتاب رأس المال **لماركس** وكل الكتب المقدسـة الأخرى

والتى برهنت على أنهـا تحـقق أعلى المبيـعـات، ولا ينطبق ذلك على الكتب المقدسة فـحسب، ولكن أحسن الروايات تحتوى جمـيعها على صفحات مملة أيضًا. فالرواية التى تتلألأ من أول صفحاتها إلى آخرها من المؤكد أنهـا لن تكون كتابًا جـيدًا. كذلك حيـاة الرجال العظام لم تكن مثيرة فيما عدا لحظات قليلة عظيمة، **فسقراط** كان يستمتع بوليمة بين الحين والحين، ولا بد وانه كـان يحس برضا عظيم من مـحاوراته بينما مشـروب الشوكران المخدر يقوم بإحداث أثره ولكنه عـاش حياته فى معظمـها هادئة مع **زانثيب**، يتريض بعد الظـهر وربما قابل بعض الأصدقاء فى طريقه. ويقال إن **كانط** لم يبتعد عن مدينة كونزبرج التى كان يقـيم بها لأكثر من عـشرة أميال طوال حـياته، **وداروين** بعد أن طاف حول العالم قضى ما بقى من حياته فى بيته الخاص، **وماركس**، بعد أن أثار بعض الثورات قرر أن يقضـى الباقى من عمره فى المتحف البريطانى. وعلى وجه الإجـمال، ستجد أن الحياة الهـادئة كانت مميزة لكل الرجال العظام وأن متعتهم لم تكن من الطراز الذى يبدو مثيرًا فى أعين الآخـرين، فالإنجـازات العظيمـة غـير ممكنة دونما عـمل دءوب مسـتحوذ وصعب بـحيث لا يترك سوى القـليل من الطاقة لأى طراز نشط من اللهو باستثـناء ما يساعد على استرجاع الطاقـة البدنية خلال أيام العطلة، وأفضل مثال على ذلك تسلق جبال الألب.

## (٩)

والقـدرة على تحـمل الحيـاة الرتيـبة بدرجـة أو بأخـرى، يجب اكتـسابها فى مـرحلة الطفولة، فـالآباء المحدَثون هم الملومـون بدرجة كبيرة فى هذا الخصوص، فهم يوفـرون لأطفالهم الكثير جداً من اللهو السلبى مثل الإستعراضات والطعـام الجيد ولا يدركون أهمية أن يكون يوم الطفل مثله مثل يوم آخر فيما عدا بالطبع فى المناسبات النادرة جداً.

ومتع الطفـولة يجب فى الأساس أن تكون هى التى يستخـلصها الطفل من بيـئته بواسطة بعـض المجهود والابتكار، فـالمتع التى تكون مثيرة ولكنها فى نفس الوقت لا تشتمل على أى مجهود بدنى كالمسرح مثـلاً، يجب أن تكون نادرة الوقوع جـداً، فالإثارة لهـا نفس طبيـعة المخدر، سيكون الأكـثر والأكثر منهـا مطلوبًا، والسلبية البـدنية خلال هذه الإثارة أمر مضاد للغريزة. فالطفل ينمو بشكل أفضل عندما يترك كالنبـات بدون إزعاج فى نفس التـربة، فالكثيـر جداً من التـرحال أو الكثيـر جداً من الانطباعـات المتنوعة ليست جـيدة للنشء وتؤدى بهم عندما يكبرون إلى أن يصبحوا غـير قادرين على تحمل الرتوب المفيد، ولا أعنى أن الرتوب فى حـد ذاته له أية مـزايا ولكنى أعنى فـقط أن أشياء طيبة معينة لن تكون ممكنة إلا بدرجة معينة من الرتوب، ولنأخذ مثلا كتاب «مقدمة» للمؤلف **ووردز ورث** فمما سيكون واضحًا لكل قارئ أنه مهما تكن قيمة أفكار ومشاعر **ووردز ورث**، فهى مستحيلة

بالنسبة للشاب الحضرى المحدث، فالصبى أو الشاب الصغير الذى لديه هدف جدى بناء، سوف يتحمل طواعية قدراً كبيراً من الملل إذا وجد أن ذلك ضروريًا. ولكن الأهداف البناءة لا تشكل نفسها بسهولة فى عقل الصبى إذا كان يعيش حياة التشتت والانغماس فى الملذات، ففى مثل هذه الأحوال تكون أفكاره دائمًا متجهة إلى المتعة التالية وليس إلى الإنجاز البعيد.

لكل هذه الأسباب، فالجيل الذى لا يمكنه تحمل الملل سيكون جيل الرجال الصغار، جيل الرجال المنفصلين بلا مبرر عن العمليات البطيئة للطبيعة، جيل الرجال الذين يذيل فيهم ببطء كل باعث حيوى كما لو كانوا زهوراً مقطوعة فى أصيص.

## (١٠)

أنا لا أحب اللغة الغامضة، ولكنى أجد صعوبة فى كيفية التعبير عما أعنيه دونما توظيف الجمل التى قد تبدو شعرية أكثر من كونها علمية، فمهما أردنا أن نعتقد، فنحن مخلوقات أرضية، وحياتنا جزء من حياة الأرض، ونحن نأخذ غذاءنا منها كما تفعل النباتات والحيوانات، وإيقاع حياة الأرض بطىء فالخريف والشتاء ضروريان لها كالربيع والصيف، والراحة ضرورية كالحركة. وبالنسبة للطفل، وحتى بدرجة أكبر من الرجل، من الضرورى الحافظ على بعض الاتصال بمد وجزر الحياة الأرضية.

والجسم الإنسانى أصبح متكيفًا عبر العصور مع هذا الإيقاع، وقد أدخل الدين بعضًا من ذلك فى «عيد القيامة» وقد رأيت طفلاً فى الثانية من عمره، ظل فى لندن ثم أُخذ لأول مرة فى جولة فى الريف الأخضر، وكان الوقت شتاء وكل شىء مبتل ومفعم بالأوحال، بالنسبة لعين رجل بالغ لم يكن هناك ما يبعث على السرور، ولكن فى الطفل، انبعثت نشوة غريبة، فقد انحنى على الأرض المبتلة ووضع رأسه فى العشب وأطلق صيحات فرح متصلة، فالفرحة التى كان يشعر بها كانت بدائية وبسيطة وجسيمة، والاحتياج البدنى الذى كان يتم إشباعه كان عظيمًا لدرجة أنه لم يتم إشباعه فى أناس فقلما كانوا عقلاء.

## (١١)

كثير من المتع، ولنأخذ المقامرة كمثال، ليس بها أى عنصر من عناصر الاتصال بالأرض، مثل هذه المتع لحظة انتهائها تترك الإنسان شاعرا بالقتامة وعدم الرضا، وجائعا لشىء لا يدرك كنهة، ومثل هذه المتع لا يمكن أن تؤدى إلى ما يمكن أن نسميه لذة. أما المتع التى تقربنا من الاتصال بحياة الأرض فتحتوى على شئ مرض جدًا، وعندما تنتهى تظل السعادة التى أحدثتها باقية رغم أن حدتها عند حدوثها ربما كانت أقل من تلك الخاصة بالرقاعة المثيرة. والتمييز الذى أعنيه ينسحب على كل درجات السلم من أبسط الانشغالات إلى أكثرها تمدينًا، فطفل الثانية الذى تحدثت عنه منذ لحظة أظهر أكثر صور الاتحاد بحياة الأرض بدائيةً، ولكن عند مستوى أعلى سنجد نفس الشىء فى

الشعر، فالذى جعل أناشيد شكسبير فائقة الروعة هو أنها مليئة بنفس هذه الفرحة التى جعلت طفل الثانية يحتضن العشب. انظر إلى «انصت، انصت إلى القنبرة» أو «تعالى إلى هذه الرمال الصفراء» فلسوف تجد فى هذه القصائد التعبير المتدين عن نفس العاطفة التى خرجت من طفل الثانية فى صورة صيحات متصلة، أو انظر مرة أخرى إلى الفرق بين الحب والانجذاب الجنسى البحت، فالحب تجربة تجدد وتنعش كياننا بكامله مثلما يحدث المطر للنبات بعد الجفاف، ولا يحدث ذلك فى الاتصال الجنسى بلا حب، فما أن تنتهى المتعة اللحظية إلا ويتولد الكلل والاشمئزاز والإحساس بأن الحياة جوفاء، فالحب جزء من حياة الأرض، والجنس بدون حب ليس كذلك.

## (١٢)

وطراز الملل الذى تعانيه الأمم الحضرية الحديثة مرتبط بشدة بانفصالها عن حياة الأرض مما يجعل الحياة حارة، متربة، وعطشى مثل الحجيج فى الصحراء، وبالنسبة للذين هم أغنياء بالدرجة الكافية التى تسمح لهم باختيار طريقتهم فى الحياة، فإن طراز الملل غير المحتمل الذى يعانون يعزى، رغم ما قد يبدو من تناقض فى ذلك، إلى خوفهم من الملل، فعند الهروب من الطراز ذى الأثر الإيجابى من الملل يقعون فريسة طراز آخر أكثر ضرراً. فالحياة السعيدة يجب أن تكون إلى درجة كبيرةحياة هادئة، فالسعادة الحقيقية لا تعيش إلا فى مناخ من الهدوء.

# الفصل الخامس

## الإعياء

### (١)

للإعياء صور عديدة بعضها يكون عقبة كئودًا للسعادة عن البعض الآخر. فالإعياء البدنى الصرف، شريطة ألا يكون زائدًا عن الحد، يميل لأن يكون سببًا للسعادة حيث يؤدى إلى النوم العميق والشهية المفتوحة، ويعطى نهكة للمسرات الممكنة فى أيام العطلة، ولكن إذا كان زائدًا عن الحد يصبح شرًا مستطيرًا، فالفلاحات فى كل المجتمعات فيما عدا المجتمعات الأكثر رقيًّا يصبحن عجائز فى الثلاثين من العمر حيث تبليهن المشقة الزائدة، والأطفال فى بداية عصر التصنيع أعاق العمل الزائدة نموهم، وكثيرًا ما قتلهم فى سنوات عمرهم المبكرة، ولا يزال نفس الشئ يحدث فى الصين واليابان حيث التصنيع لا يزال جديدًا، وإلى حد ما، يحدث أيضًا فى بعض الولايات الجنوبية بأمريكا. والعمل البدنى الذى يتعدى نقطة معينة يصبح تعذيبًا فظيعًا. وقد كان الشائع حدوثه إلى درجة تجعل الحياة غير محتملة.

وفى أكثر أجزاء العالم الحديث تقدما تناقص الإعياء البدنى كثيراً نتيجة لتحسين ظروف التصنيـع، وطراز الإعياء الذى يعد خطيرا حاليًا فى المجتمـعات المتقدمـة هو الإعياء العصـبى وهذا الطراز، على شدة غرابة ذلك، يظهر بدرجة كبـيرة بين المقتدرين ماديًا، ويميل لأن يكون أقل شيوعًا بين العاملين بأجر بالمقـارنة برجال الأعمال والذين يقومون بأعمال ذهنية.

## (٢)

والهروب مـن الإعياء العـصبى فى الحـياة العـصرية أمـر صعب للغـاية، فـفى المقـام الأول، فإن العـامل الحـضـرى يكون مـعرضًـا للضوضـاء عبر سـاعات العمل بكامـلها، وبدرجة أكـبر، أثناء الزمن الذى يقطعه فـيما بين العـمل والمنزل، وصحيح أنـه يتعلم ألا ينصت بوعى إلى معظم هذه الضـوضاء ولكنها رغم ذلك تـصيبه بالإعـياء، ويرجع ذلك بالدرجـة الأولى إلى المجـهود اللاواعى الذى يبـذله فى عدم الإنصات، وشئ آخر لا ندركه يـؤدى إلى الإعياء، وهو التواجد الدائم للغـرباء، فالغريزة الطبـيعـية للإنسان، كـما هى فى غـيره من الحيوانات، هى استطلاع كل دخـيل من نفس النوع حتى يحدد ما إذا كـان سيـسلك تجاهه سلوكًـا وديًا أم عـدائيًا، وهذه الغـريزة لابد من تثبـيطها فى أولئك الذين يسـافرون فى متـرو الأنفاق سـاعة الذروة، ونتيجة لهذا التـثبيط فهم يشعرون بغضب منتشـر عام فى مواجهة كل

الغرباء الذين جمعوا معهم فى هذا الاتصال المرغمين عليه. ثم هناك الإسراع للحاق بقطار الصباح وما ينتج عن ذلك من سوء الهضم، ونتيجة لذلك، ففى الوقت الذى يصل فيه العامل ذو المعطف الأسود إلى المكتب ويبدأ عمل اليوم تكون أعصابه قد تهرأت وكان أميل إلى اعتبار الجنس البشرى مزعجًا. وصاحب العمل الذى يصل هو الآخر بنفس المزاج لا يفعل شيئا يخفف به هذا الإحساس لدى الموظف، والخوف من الطرد يجبر الموظف على السلوك المحترم ولكن هذا السلوك غير الطبعى لا يعدو إلا أن يضيف إلى التوتر العصبى لديه. وإذا ما سمح للموظفين ولو لمرة فى الأسبوع أن يشدوا أنف صاحب العمل أو أن يقولوا له رأيهم فيه لخفف هذا من توترهم العصبى ولكن بالنسبة لصاحب العمل الذى لديه هو الآخر متاعبه لن يؤدى ذلك إلى إصلاح الأمور، فما يمثله الخوف من الطرد بالنسبة للموظف هو نفس ما يمثله الخوف من الإفلاس بالنسبة لصاحب العمل.

## (٣)

وصحيح أن البعض يكون كبيراً بدرجة تكفى لجعله أكبر من هذا الخوف، ولكن لكى يصل هذا البعض إلى مكانة كبيرة على هذا النحو كان عليهم بصفة عامة المرور عبر سنوات من الكفاح المضنى وكان عليهم خلالها أن يكونوا مدركين تماما للأحداث التى تقع فى كل مكان من العالم وأن يُبْطلوا باستمرار مكائد منافسيهم. ونتيجة هذا

كله أن النجاح الباهر عندمـا يأتى يكون الرجل منهم عبارة عن حطام عصبى، شـديد الاعتياد على القلق لدرجة أنه لا يـستطيع أن يتخلص من هذه العادة عندما لا تكون هناك حاجة لها. وصحيح أن هناك أبناء الرجال الأغنياء، ولكنهم عمومًا ينجـحون فى خلق مقلقات لأنفسهم مطابقة لأنفـسهم مطابقة ما أمكـن لتلك التى كانوا سيعـانونها إذا لم يولدوا أغنياء، وبالمراهنات والمقامرة يجلبون لأنفسهم تعاسات آبائهم، وبتقليص فـترات ندمهم من أجل اللهـو يدمرون أجسـادهم، وعندما يحين زمن استقرارهم يصـبحون غير قادرين على الإحـساس بالسعادة على نحو ما كان عليه آباؤهم من قبل. وطواعية أو جبرًا، وباختيارهم أو بالضرورة، يعيش معظـم المحدثين حياة مشوشة عـصبيًا، ويكونون دائمًا متعبين لدرجة لا تمكنهم من الاستمتاع دونما الاستعانة بالخمر.

ولنترك جانبًـا هؤلاء الرجال الأغنياء الذين هم مـحض حمقى، ولنأخذ بعين الاعتبار الحالة الأكثر شيوعًا والخاصة بأولئك الذين يرتبط إعياؤهم بالعمل الدءوب من أجل العيش. فلدرجة كبيرة يكون الإعياء فى مـثل هذه الحالات راجـعًا إلى القلق، والقلق يمكن منعـه بفلسـفة أفضل للحياة وبدرجة أكبـر قليلاً من التنظيم العقلى. ومعظم الرجال والنساء يفـتقرون بشدة إلى القـدرة على التحكم فى أفكارهم، وأعنى بذلك أنهم لا يستطيـعون الامتناع عن التفكيـر فى موضوعات مـقلقة عندما لا يكون من الممكن عمل أى شىء حيـالها. وفى ساعات الليل عندما يكون من المفروض أن يـحصلوا على قوة جديدة ليواجـهوا بها

مشـاكل الغد فإنهم يقلبـون فى عقولهم مـشكلات لا يمكنهم فى هذه الأوقات عـمل أى شىء تجاهها. ولا يفعلون ذلـك بطريقة تمكنهم من تخطيط أسلوب ممتـاز للغـد ولكن بالطريقـة نصف المجنونة التى تميـز التأملات المضـطربة للأرق ويظل بعضًا من جنون منتصف الليـل عالقًا بهم فى الصباح بما يشوش على حكمهم علـى الأمور ويفسد مزاجهم ويجعل كل عقبة يواجهونها مثيرة للهياج.

## (٤)

والرجل الحكيم يفكر فى مشكلاته فـقط عندما يكون هناك هدفًا لذلك، وفى الأوقات الأخرى يفكر فى أمور أخرى أو إذا كان الوقت ليـلاً لا يفكـر فى شئ على الإطلاق. ولا أعنى أن أقـتـرح أنه عند حدوث الأزمات الخطيرة، مثل أن يكون الخراب وشيكًا أو يكون لدى الرجل أسبابًا تجـعله يشك فى أن زوجته تخدعه، إنه من الممكن فـيما عدا لقليل من العـقول المرتبة بـطريقة فريدة، أن يحـجب المتاعب فى الأوقات التى لا يمكن فيها عمل أى شىء لها، ولكن من الممكن جدًا حجب المتاعب السـعادية فى الأيام العادية إلا عندما من المحـتم التعامل معهـا. ومن المدهش حقًا ملاحظة حـجم الزيادة التى يمكن أن تحدث للسـعادة والكفـاءة إذا مـا تهذب العـقل المنظم الذي يفكر فى الأمـر بدرجة كافية فى الوقت المناسب بدلاً من أن يفكر فيه بدرجة غير كافية طوال الوقت. وعندما يتطلب الأمر الوصـول إلى قرار صعب أو مقلق،

فـما أن تتـوافر كل المعلومـات، إعط للأمـر أفـضل تفكيرك واتخـذ قرارك، وبعد أن تتخذ القرار لا تراجعه ما لم تصل إلى عملك حقائق جديدة عن الأمـر، فلا شئ يعد إرهاقـًا وعقمًا من عـدم القدرة على اتخاذ القرار.

## (٥)

كثيرًا جدًا من الأمور المقلقـة يمكن أن تتضاءل بإدراك عدم أهمية الأمر المسبب للقلق. فقد قمت فى زمنى بكم كبير من الخطابة العامة، وفى البداية، كان كل فرد من الجمهور يخيفنى، وكانت عصبيتى تؤدى بى إلى أن أتكلم بطريقة سـيئة جـدًا وكنت أهاب هذه المحنة إلى الحد الذى كنت أود لو تنكسـر ساقى قبل قـيامى بإلقاء خطاب، ومـا كان ينقضى ذلك إلا وأصبح مرهقًا من التـوتر العصبى، وتدريجيًا علمت نفسى إدراك أنه ليس من المهم أن أكون قد تحدثت جـيدًا أم كنت سيئًا فالكون سيظل كما هو فى كلتا الحالتين ووجدت أنه كلما قل اهتمامى بما إن كنت قد تكلمت جـيدًا أم سيـئًا كلما كـانت خطابتى أقل سوءًا وتدريجيًا تضاءل التوتر العصبى إلى حد الاخـتفاء تقريبًا، وكثيرًا جدًا من الإعياء العصـبى يمكن التعامل معه بهذه الطريقة، فـأعمالنا ليست بالأهمية التى نفترضها لها كأمـر طبيعى، ونجاحنا أو إخفاقنا لا يهمان كثيـرًا، فحتى الأحزان العظيمـة يمكن الحياة معهـا والمتاعب التى تبدو وكأنهـا لابد أن تضع نهاية للسعـادة فى الحياة تخبـو مع مرور الوقت

حتى يصبح تقريبًا من المستحيل تذكر وقوعها. ولكن فوق كل هذه الاعتبارات الذاتية توجد حقيقة أن ذاتية الفرد لا تمثل جزءًا كبيرًا جدًا من العالم، فالانسان الذى يمكنه أن يركز أفكاره وطموحاته فى شيء يتجاوز ذاته يمكنه أن يجد سلاما معينا فى المتاعب العادية للحياة بينما يعد ذلك مستحيلا للإنسان الذاتى الصرف.

## (٦)

والدراسة التى أجريت على ما يمكن أن يسمى بصحة الأعصاب كانت ضئيلة للغاية، فمن الصحيح أن علم النفس الصناعى قام ببحوث مستفيضة عن الإعياء وأثبت بالإحصائيات الدقيقة أنك لو قمت بأداء عمل ما لوقت طويل بدرجة كافية فسوف تصل فى النهاية إلى أن تصبح متعبًا. وهذه النتيجة ربما كان من الممكن تخمينها بدون كل هذا الاستعراض العلمى، فعلماء النفس عند دراستهم للإعياء يهتمون أساسًا بالإعياء العضلى رغم أن هناك أيضًا عددًا من الدراسات عن الإعياء فى أطفال المدارس. وعلى أية حال، فلم يلمس أى من هذه الدراسات المشكلة المهمة، فالطراز المهم من الإعياء يكون فى العادة عاطفيًا فى الحياة الحديثة. والإعياء الفكرى الخالص ، مثله فى ذلك مثل الإعياء العضلى الخالص، يَنْتُجُ دواؤه الخاص أثناء النوم، فأى شخص لديه كمًا كبيرًا من العمل الفكرى الخالى من العاطفة كإجراء حسابات دقيقة مثلاً، سوف يخلصه النوم فى نهاية اليوم من

الإعياء. والضرر الذى يرجع إلى العمل الشاق لا يرجع عادة إلى هذا السبب، ولكن إلى بعض أنواع الأرق والقلق. ومشكلة الإعياء العاطفى هى أنه يتداخل مع الراحة، فكلما زاد تعب الإنسان، كلما كان من المستحيل عليه أن يتوقف، وأحد أعراض قدوم الانهيار العصبى هو اعتقاد الإنسان أن عمله مهمٌّا بدرجة هائلة وأن حصوله على إجازة سوف تنجم عنه كل أشكال الكوارث، وأنا إذا كنت طبيبا لكنت قد وصفت الإجازة لأى مريض يعتقد أن عمله مهمًا. والانهيار العصبى الذى يبدو أن العمل قد أدى إليه هو فى الحقيقة- وفى كل حالة عرفتها شخصيًا- ينتج عن بعض المشاكل العاطفية التى حاول المريض الهروب منها عن طريق عمله. فهو يأبى أن يترك عمله لأنه إذا فعل ذلك لن يكون لديه شيئًا يصرفه بعيدًا عن الأفكار الخاصة بمشكلته أيًا كانت تلك المشكلة. وبالطبع قد تكون المشكلة هى الخوف من الإفلاس، وفى هذه الحالة يكون عمل الشخص على صلة مباشرة بقبقه ولكن حتى فى هذه الحالة فمن الأرجح أن يؤدى به القلق إلى أن بقلقلة طالما أن قدرته على الحكم قد أصبحت مشوشة وبالتالى يصل إلى الإفلاس أسرع مما لو عمل بدرجة أقل. وفى كل حالة، كانت المتاعب العاطفية وليس العمل هى المسبب للانهيار.

## (٧)

وسيكولوجية القلق ليست بأى حال من الأحوال بسيطة، ولقد سبق أن تحدثت عن الانضباط العقلى وأقصد به عادة التفكير فى

الأمـور فى الوقت المناسب، ولهـذا أهمـيتـه فى أنه أولاً يجـعل من الممكن إنجـاز عمل اليوم بقـدر أقل من التفكـير، وثانيًا فى أنـه يوفر علاجًا للأرق، وثالثًا لأنه يزيد من الكفاءة والحكمة عند صنع القرار. لكن الأسـاليب التى من هـذه النوعـيـة لا تلمس العـقل اللاواعى، وعندما تكون المتـاعب خطيرة لا تَصْلح أىٌّ من هذه الأسـاليب ما لم تنفذ وتصل إلى مستويات التحت وعى.

ولقد أجـرى علماء النفس دراسات كثـيرة عن أثر اللاوعى على الوعى، ولكن كـانت الدراسـات عن أثر الوعـى على اللاوعى أقل، واللاوعى له أهمية قـصوى للصحة العقلية، ويجب أن يكون مـفهومًا ما إذا كان للقناعات المنطقيـة أن تلعب دورًا فى حيز اللاوعى، بالنسبة لموضوع القلق على وجه الخصوص. فـمن السهل أن يقول المرء لنفسه إن مثل هذه الكارثة لن تكون شديدة الفظاعة إذا ما وقعت ولكن طالما بقى ذلك اقـتناعًـا واعـيًـا فلن يؤثر فـى أوهام الليل أو يمنع حـدوث الكوابيس. واعتقادى الخاص هو أنه من الممكن زرع الفكرة الواعية فى اللاوعى إذا تم ذلك بقدر مناسب من القوة والشـدة. فمعظم اللاوعى يتكون مما كان حينا من الزمن أفكارًا واعية عاطفية جدًا وأصبحت الآن دفينة، ومن الممكن القيام بعملية الدفن هذه عمدًا وبهذه الطريقة يمكن جعل اللاوعى يقوم بكثير من العمل المفـيد، فلقد وجدت مثلاً أنه إذا كان على أن أكتب فى موضوع صعب فإن أفضل خطة هو أن أفكر فى الموضوع بتركيز شديد جدًا وبأقـصى تركيز أستـطيـعه لعدة سـاعـات

أو أيام، وعند نهـاية هذه الفتـرة أعطى الأوامر، مـجازًا، بأن يتـقدم العمل فى اللاشعـور وبعد عدة شهور أعود واعـيا إلى نفس الموضوع وأجد أن العمل قد تم إنجازه فعلاً.

قبل اكتـشاف هذه الطريقة اعتدت أن أقضى الشـهور التى تفصل بين العمليتين قلقًا لأننى لم أكن أحـقق تقدما ولكن الوصول إلى الحل لم يكن أسرع نتيـجة هذا القلق، وبالتالى كانت الشهور البـينية تضيع هباءًا. أمـا الآن فيمـكننى تكريس هذه الفتـرة لإنجاز أعمـال أخرى. ويمكن اتباع عملية مشابهة فيما يختص بالمقلقات، فعندما تهدد الكارثة بالوقوع، أنظر بجـدية وتعمد إلى أسوأ ما يمكـن أن يحدث، وبعد أن تكون قد نظرت إلى الكارثة فى وجهـها، أعط لنفسك كل الحجج فى أنه رغم كل شىء لن تكون الكارثـة خطيرة جـدا. مثل هذه الحـجج مـوجودة دائمـا، فعلى أسـوأ الفروض لا شىء يحـدث لك يمكن أن تكون له فى الحقيقـة أى أهمية كونية. وبعدمـا تكون قد نظرت لفترة من الوقت بإمعـان إلى أسوأ احتـمال وقلت لنفـسك باقتناع حقـيقى «حسن، فرغم كل شىء لن يكون ذلك مهمًـا بهذه الدرجة الكبيرة»، ستجد أن قلقك قد تضاءل إلى مـدى غير عادى، وقد يكون من المهم أن تعيـد هذه العمليـة عدة مـرات ولكن فى النهاية، إذا لم تـكن قد أغفلت شيـئًا عندما واجهت أسـوأ الاحتمالات، ستـجد أن قلقك قد اختفى تماما وحل مـحله نوع من الغبطة، ويعد ذلك جزءًا من أسلوب أكثر شمولا لتفادى الخوف. فالقلق صورة من صور الخوف وكل صور

الخـوف تؤدى إلى الإعـيـاء، والرجل الذى تـعلم ألا يحس بالخـوف سوف يجد أن متاعب الحياة اليومية قد تضاءلت بشدة.

## (٨)

وأشد صـور الخوف ضرراً تحدث عنـدما يكون هناك خطرٌ لا نود مواجهته، ففى لحظات شاذة تبزغ الأفكـار المخيفة فى عقولنا، ونوعية هذه الأفكار يعتمد على الشخص ولكن لكل شخص تقريبا يوجد نوع من الخـوف الكامن، فلشـخص مـا قد يكون الخـوف من السـرطان، ولآخر الخـراب المالى، ولشخص ثالث أن ينكشف سـراً مشـينًا، وقد يتعذب شخص رابع بشكوك الغيـرة، بينما تنوش شخص خامس أثناء الليل فكرة أن قـصص نار جهنم التى سـمعهـا فى طفولتـه قد تكون صحيحة! وربما كان كل هؤلاء يستخدمون الأسلوب الخطأ فى التعامل مع هذه المخـاوف، ففى أى وقت تغـزو فيه هـذه المخاوف عقـولهم، يحاولون التـفكير فى شئ آخر ويحـاولون تشتيـت أفكارهم باللهو أو العمل أو غير ذلك. وكل طراز من الخوف ينمو إلى الأسوأ ما لم تتم مواجهته، والمجهود الذى يبذل من الشخص لإبعاد تفكيره عن الخوف الذى يشغله هـو بمثابة الإتاوة التى يدفعـها لفظاعـة الأمر الذى يبتـعد بفكره عنه، والسلوك المناسب لك طـراز من الخوف هو أن تفكر فـيه منطقيًا وبهـدوء، ولكن بتركيز شديد إلى أن يصبح مـألوفًا لك تمامًا، وفى النهاية فإن هذا التـآلف سيقلّم المخاوف وسيصبـح الموضوع برمته

مملاً، وستنصرف أفكارك بعيدًا عنه، ولن يحدث ذلك بالأسلوب الذى يعتمد على مجهود الإرادة ولكنه سيحدث نتيجة لانعدام أهمية الموضوع المسبب للخوف. فعندما تجد نفسك تميل للتفكير فى أى شئ مهما كان، فأفضل خطة هى أن تفكر فيه بتركيز أكبر عما كنت ستفعله طبيعيًا إلى أن يتلاشى فى النهاية سحره المرضى.

## (٩)

ومن الأمور التى تفتقر إليها بشدة الأخلاقُ الحديثةُ هو ما يتعلق بموضوع الخوف، فصحيح أن الشجاعة البدنية، خاصة فى الحرب، أمر متوقع من الرجال وإن كانت بعض طرز الشجاعة الأخرى ليست مطلوبة منهم، وأية صورة من صور الشجاعة ليست متوقعة من النساء. ، فالمرأة الشجاعة يجب عليها أن تخفى هذه الحقيقة إذا أرادت أن يحبها الرجال. والرجل الذى يكون شجاعًا فى كل أمر فيما عدا الخطر المادى ينظر إليه بإزدراء، فعدم الاعتداد بالرأى العام مثلاً، يعتبر تحديًا والجمهور يفعل كل ما فى وسعه لمعاقبة الشخص الذى تجرأ وتحدى سلطته. كل هذا يعد نقيضًا لما يجب أن يكون، فكل شكل من أشكال الشجاعة، فى الرجال كان فى النساء، يجب الإعجاب به طالما كانت شجاعة الجندى البدنية أمرًا يستحق الإعجاب. وشيوع الشجاعة البدنية بين الشباب من الرجال دليل على أن الشجاعة يمكن أن تحدث كاستجابة للرأى العام الذى يطلبها، فأينما كانت الشجاعة أكثر، كان

القلق أقل وبالتالى كان الإعـياء أقل، حيث إن نسبة كبـيرة من الإعياء العصـبى الذى يعانيـة الرجال والنسـاء فى الوقت الحاضـر ترجع إلى الخوف سواءً كان واعيًا أو لا واعٍ .

## (١٠)

ويعد حب الإثارة من مصادر الإعياء الشائعة. فإذا استطاع الرجل أن يقضى وقت راحتـه فى النوم، لحافظ على صحتـه، ولكن ساعات عمله كثيفة وهو يحس بالحاجة للاستمتاع فى ساعات حريته. المشكلة أن المتع التى من السهل الحصول عليها والتى لها جاذبية ظاهرية أكثر، هى فى اغلبها من النوع المتعب للأعصـاب. وعندما تتجاوز الرغبة فى الإثارة حدًا معينًا تكون علامة إما لاستعداد غير سوىّ أو لعدم الإشباع الغريزى. ففى الأيام الأولى من الزواج السعيـد معظم الرجال بالحاجة للإثارة، ولكن فى العـالم الحديث يتحـتم فى معظم الأحيـان تأجيل الزواج لفتـرة طويلة لدرجة أنه عندمـا يصبح من الممكن مـاديًا إنجازه تكون الرغبة فى الإثارة قـد أصبحت عادة ولا تستـمر فى عطائها إلا لفترة قصيرة. فـإذا سمح الرأى العام للرجال بالزواج عند سن الواحد والعشـرين دون تجشم المعاناة المالية التى يشـتمل عليها الزواج حـاليًا، فلن يسيـر كثـير من الرجال فى طريـق طلب تلك المتع التى تصيـبهم بالإعيـاء كعـملهم تمامًا. وقـد يبدو اقـتراح جعل ذلك ممكنًا أمرًا لا أخلاقـيًا كمـا يدلل على ذلك مصيـر القاضى **لندزى** الذى عانى من الطعن فى شـخصه رغم مـاضيـه المشرّف كقـاض ، وكانت جـريمته

الوحيدة هى أنه أراد إنقاذ الشباب الصغير من المصائب التى يعانونها نتيجة تعصب من هم أكبر سنًا، ولن أخوض فى هذا الموضوع أكثر من ذلك الآن، حيث سيأتى الحديث عنه تحت عنوان «الحسد» والذى سأتناوله فى فصل لاحق.

## (١١)

ومن الصعب على الفرد الذى لا يمكنه تغيير القوانين والأعراف التى يعيش فى ظلها أن يجارى الموقف الذى خلقه الأخلاقيون العدوانيون وحافظوا على استمراره. ولكن من المفيد إدراك أن المتع المثيرة ليست هى الطريق إلى السعادة، رغم أنه طالما ظلت الملذات الأكثر إشباعًا غير ممكنة، فقد يجد الإنسان أنه من الصعب عليه تحمل الحياة بدون إثارة. وفى مثل هذا الموقف فإن الشئ الوحيد الذى يستطيع الرجل الرزين أن يفعله هو أن يقنن لنفسه ولا يسمح لنفسه بكمية من المتع المرهقة تؤدى إلى الضرر بصحته أو تتعارض مع عمله. والعلاج الجذرى لمتاعب النشء يكمن فى تغيير الأخلاق العامة. فى نفس الوقت يُحْسِنُ الشاب الصغير لنفسه إذا فكر فى أنه فى النهاية سيكون فى موقف الزواج، وأنه لن يكون حكيمًا إذا ما عاش بطريقة تجعل من الزواج السعيد أمرًا مستحيلاً، وهو ما تؤدى إليه بسهولة الأعصاب الضعيفة واكتساب عدم القدرة على الاستمتاع بالمتع الأكثر رقة.

## (١٢)

ومن أسوأ خصائص الإعياء العصــبى أنه يعمل كستار يحول بين الإنسان والعالم الخارجى. فالانطباعــات تصله مهتزة صامتة، وهو لم يعد يلاحظ الناس إلا عندما تثيره بعض الحـيل أو السلوكيات الصغيرة ولا يحصل على أى متـعة من وجباته أو من الشـمس المشرقة، ولكنه يميل لأن يركز انتـباهه بتوتر شـديد على أشياء قلـيلة، ولا يبالى بكل الباقى. ومـثل هذه الحالة تجـعل الراحلة أمرًا مـستحـيلاً بالنسـبة له، بحيث يزيد الإعياء باستمرار إلى أن يصل إلى النقطة التى يتطلب فيها علاجًا طبيًا، وأصل كل ذلك هـو الجزاء على فقدان الاتصال بالأرض والذى تحدثت عنه فى الفصل السابق. ولكن من السـهل معرفة كيف يمكن الحفاظ على هذا الاتصال فى مجتمعنا الحديث الكبير الحضرى. وعلى كل حال، فـها نحن مرة أخرى نجد أنـفسنا فى مواجهـة قضايا اجتماعية كبيرة ليس من مقاصدى التصدى لها فى هذا الكتاب.

## الفصل السادس

# الحسد

## (١)

ربما يجىء الحسد تاليًا كأحد أقوى مسببات التعاسة، والحسد من أكثر المشاعر الإنسانية شيوعًا وتعمقًا فى وجودها وهو من الأمور التى تلاحظ بسهولة في الأطفال مثل بلوغهم السنة الأولى من العمر، ويجب على كل مُربٍّ أن يعالجه بأكثر صور الاعتبار رقة. وأبسط مظاهر تفضيل طفل على آخر يلاحظ ويرفض فى التو واللحظة، ويجب على كل فرد لديه أطفال - يتعامل معهم - أن يوزع بينهم العدالة على أن تكون عدالة مطلقة، صارمة، وغير مميِّزة. والأطفال أكثر صراحة من الكبار بدرجة بسيطة فى تعبيرهم عن الحسد والغيرة (وهى صورة خاصة من الحسد)، وهذه المشاعر شائعة بين البالغين بنفس درجة شيوعها بين الأطفال .

خذ الخادمات مثلاً، فأنا أذكر أنه عندما صارت إحدى خادماتنا وكانت متزوجة حاملاً، وقلنا إنها لا يجب أن ترفع أية أحمال ثقيلة،

كانت النتيجة اللحظية أن رفضت كل الأخريات جميعا رفع أية أحمال ثقيلة، وكان علينا القيام بأى عمل يتطلب ذلك بأنفسنا.

والحسد هو أساس الديمقراطية، فالفيلسوف اليونانى **هيراقليطس** رأى أن مواطنى مدينة أيفسيس كان يجب شنقهم جميعًا لأنهم قالوا «لن تكون لواحد منا الأولوية على الباقين» ولابد وأن الحركة الديمقراطية فى الولايات اليونانية قد استُلهمت بكاملها من هذه العاطفة، ويصدق نفس الشيء على الديمقراطية الحديثة، فمن الصحيح أنه توجد نظرية مثالية تعد الديمقراطية وفقًا لها أفضل صور الحكم، وأنا شخصيًا أؤمن بصحة هذه النظرية ولكن فى السياسة العملية لا يوجد أى مجال تكون فيه النظريات المثالية قوية بالدرجة التى تكفى لإحداث تغييرات عظيمة. وعند حدوث التغييرات العظيمة فدائمًا ما تكون النظريات التى تبرر وقوعها عبارة عن تمويه على العاطفة التى أنتجتها. والعاطفة التى أعطت قوة الدفع للنظرية الديمقراطية هى بدون شك عاطفة الحسد. فلتقرأ مذكرات **مدام رولاند**، والتى كثيرًا ما صورت على أنها امرأة نبيلة ألهمت الإخلاص للشعب، ستجد أن ما جعلها ديمقراطية متوقدة هو أنها كانت تستقبل فى صالة الخدم حينما كانت تتاح لها فرصة زيارة أحد القصور الأرستقراطية.

## (٢)

ويلعب الحسد دورًا كبيرًا بدرجة غير عادية بين أواسط النساء المحترمات، فلو كنت جالسا فى مترو الأنفاق، وحدث أن سارت عبر

العربة امرأة أنيقة المظهر، راقب عيون النساء الأخريات، ستجد أن كل واحدة منهن ربما باستثناء من هن أكثر منها أناقة، سوف ينظرن إلى هذه المرأة بنظرات حقودة، ولسوف يتبارين فى رسم انطباعات منحطة عنها.

وحب الفضيحة هو أحد تعبيرات هذا الحقد العام، فكل قصة عن امرأة أخرى يتم تصديقها فى التو واللحظة حتى لو كان الدليل واهيًا. ويخدم الخُلق السامى نفس الغرض: فأولئك الذين لديهم فرصة أن يذنبوا ضده يحسدون، ويكون من الفضيلة أن يعاقبوا على ارتكاب هذا الذنب، مثل هذا النوع من الفضيلة هو بالتأكيد عين الجزاء فى نفس الوقت يلاحظ نفس الشىء تمامًا بين الرجال، فيما عدا أن النساء يعتبرن كل النساء الأخريات منافسات لهن، بينما الرجال كقاعدة يضمرون هذا الإحساس تجاه الرجال الآخرين الذين يعملون بنفس المهنة، فهل كنتَ يومًا أيها القارئ، وقحًا لدرجة أن تمدح فنانًا لفنان آخر؟ هل مدحت أبدًا ساسيًا لسياسى آخر من نفس الحزب؟ هل مدحت مرة عالم مصريات وعالم مصريات آخر؟ إن كنت قد فعلت، فاحتمال مئة لواحد أنك قد تسببت فى تفجير الغيرة.

## (٣)

فى مراسلات العالم لبينتز للعالم هيوجين عدد من الخطابات التى تتحسر على الحقيقة المفترضة أن العالم نيوتن قد فقد عقله، فقد

كتبا لبعضهما «أليس محزنًا أن تصبح عبقرية السيد نيوتن والتى لا مثيل لها، مشوشة بفقدان العقل؟» وذرف هذان السيدان البارزان دموع التماسيح بلذة واضحة فى الرسالة تلو الأخرى، والحقيقة أن الحدث الذى تحسرا عليه بنفاق واضح لم يقع، إلا أن القليل من صور السلوك الشاذ هو ما أدى إلى ظهور هذه الشائعة.

ويعد الحسد من أسوأ خصائص الطبيعة الإنسانية العادية، فالحاسد لا يود فقط أن تصع المصيبة، بل ويوقعها بنفسه إذا استطاع أن يفلت من العقاب. ولكن الحاسد يصبح هو نفسه تعيسًا بهذا الحسد، فبدلاً من أن يسره ما لديه، يؤلمه ما لدى الآخرين، فلو استطاع لحرم الآخرين ميزاتهم، ويكون ذلك بالنسبة له مرغوبًا كما لو أنه حصل على هذه المزايا لنفسه. وإذا ما سمح لهذه العاطفة أن تعربد فستميت كل امتياز وكل الممارسات النافعة للقدرات الاستثنائية. فلماذا يذهب الطبيب إلى مرضاه فى سيارة بينما العامل يذهب إلى عمله ماشيًا؟ ولماذا يسمح للباحث العلمى أن يمضى وقته فى غرفة دافئة فى الوقت الذى يجب فيه على الآخرين مواجهة قسوة الفصول؟ لماذا يجب أن نوفر على الرجل الذى لديه موهبة نادرة وذات أهمية قصوى للعالَم متاعب أعماله المنزلية؟ لمثل هذه التساؤلات لا يجد الحسد إجابات، ولحسن الحظ، توجد فى الطبيعة الإنسانية عاطفة معوِّضة وهى الإعجاب، فمن يرغب فى زيادة السعادة الإنسانية لابد وأن يرغب فى زيادة الإعجاب وتقليص الحسد.

## (٤)

ما دواء الحسد إذن؟ بالنسبة للقديس يكون الدواء هو الإيثار رغم أنه حتى فى حالة القديسين، فالحسد لغيرهم من القديسين ليس مستحيلاً، فأنا أشك فى أن القديس **سيميون ستيلتس** كان سيحس بالسرور إذا علم عن قديسين آخرين أمكنهم الوقوف لفترات أطول منه على عمود أضيق حتى من عموده.

ولكن إذا أسقطنا القديسين من الحسبان، فإن الدواء الوحيد للحسد بالنسبة للرجال والنساء العاديين السعادة. وتكمن الصعوبة فى أن الحسد هو فى ذاته عقبة كئود أمام السعادة. وأعتقد أن الحسد يتعاظم بالمصائب التى تحدث فى الطفولة. فالطفل الذى يجد أن أخًا أو أختًا يفضَّلان عليه يكتسب عادة الحسد. وعندما يخرج إلى العالم يبحث عن المظالم التى يكون هو ضحية لها ويدركها حال وقوعها أو يتخيلها إذا لم تقع. مثل هذا الرجل لابد وأن يكون تعيسًا ويصبح مزعجًا لأصدقائه الذين لا يتذكرون دائمًا تجنب الإزدراء به وفقًا لتخيله؛ ولأنه بدأ بالاعتقاد بأن أحدًا لا يحبه، فإنه يصل بسلوكه فى النهاية إلى جعل هذا الاعتقاد صحيحًا. ومن المصائب التى تحدث فى الطفولة ويكون لها نفس الأثر هو ألا يكون للوالدين أحاسيس أبوية كافية، وحتى إذا لم يكن للطفل أخ أو أخت مفضلان عليه فقد يحس أن الأطفال فى العائلات الأخرى محبوبون من الأب والأم أكثر مما فى

حالته. وسـوف يؤدى به ذلك إلى كراهية الأطفال الآخـرين وكراهية والديه، وعندما يكبر سوف يحس بنفسه وكأنه **إسماعيل** (نبى الله).

بعض طرز السعادة تعد من حقوق المَوْلد لكل فرد، والحرمان منها لابد وأن يؤدى إلى الانحراف والمرارة، ولكن قد يقول الحـاسد، «ما فائدة أن يقـال لى : إن دواء الحسـد هو السـعادة؟ أنـا لا أستطيع أن أجـد السعـادة طالما استـمر إحسـاسى بالحسد، وأنت تقـول لى : إننى لن أتخلص من الحسد إلى أن أجد السعادة!»، ولكن الحياة الحقيقية ليست أبدًا منطقية على هذا النحـو، فمحض إدراك المسببات الخـاصة بمشاعر حسد الفرد تعنى القيام بخطوة كبيـرة فى اتجاه علاجها. وعادة التفكير بمنطق المقارنات هى عادة قاتلة، فـعندما يحدث أى شىء مبهج يجب الاسـتمـتاع به إلى أقـصى درجة دون أن تتـوقف لتـفكر فى أنه ليس مبهـجًا بنفس درجة أمر آخر ربمـا كان يحدث لشخص آخر. سـيقول الحاسد «نعم، هذا اليوم مشـمس، وإنه لفصل الربيع، والطيور تغرد، والزهور متفتحة، ولكـنى أعلم أن فصل الربيع فى صقلية أجمل ألف مـرة وأن الطيور تغنى بروعـة أكـثر فى غـابات هيليكون ، وأن وردة شارون أجمل من أىٍّ من ورود حـديقتى». وهو عندما يفكر على هذا النحو تظلم السمـاء، ويصبح تغريد الطيور مجرد زقـزقة عديمة المعنى وتبدو الزهور غير جديرة بالنظر إليها ولو للحظة، وهو يعامل كل متع الحياة الأخرى بـنفس الأسلوب، سيقول لنفسه : «نعم، فـسيدة قلبى جمـيلة، وأنا أحبـها وهى تحبنى، ولكن ملكة سـبأ لابد وأنهـا كانت تفوقهـا كثيرًا حسنًا وروعة.. آه لو كـانت لى فرصة الملك **سليمـان**»

كل هذه المقارنات عديمة المعنى وغبية. فسواء أكانت ملكة سبأ أو الجارة فى المنزل المجاور هى سبب عدم الرضا فكلتاهما عديمة الجدوى. فالرجل الحكيم لا يفقد ما لديه القدرة على إمتاعه لأن أحدًا غيره لديه شيء مختلف.

## (٥)

والحسد هو فى الحقيقة إحدى صور الرذيلة، والتى هى جزئيًا أخلاقيًا وجزئيًا فكرية، وتنجم عن عدم رؤية الأشياء فى ذاتها وإنما فى علاقاتها ببعضها البعض فأنا مثلاً أكسب راتبًا كافيًا لاحتياجى. يجب أن اكون قانعًا ولكننى أسمع أن شخصًا آخر، لا أعتقد أنه يفضلنى على الإطلاق ، يكسب راتبًا يعادل ضعف راتبى، ففى التو واللحظة إذا كانت طبيعتى حسودة، فإن الأشباع الذى كنت أحصل عليه مما عندى يصبح معتمًا ويبدأ الإحساس بالظلم يأكلنى. والعلاج المناسب لكل ذلك هو الانضباط العقلى أى عادة التفكير فى أمور عديمة الجدوى، فرغم كل شيء. ما الذى يمكن أن يحسد أكثر من السعادة؟ فإذا استطعت علاج نفسى من الحسد. فسأستطيع الحصول على السعادة وأصبح محسودًا. فالرجل الذى يحصل على ضعف راتبى تعذبه لا شك فكرة أن شخصًا آخر يحصل على ضعف ما يحصل عليه هو، وهكذا دواليك، فإذا كنت ترغب فى المجد، فقد تحسد **نابليون**، ولكن **نابليون** كان يحسد **قيصر**، **وقيصر** كان يحسد **الإسكندر**، **والإسكندر** ربما قلت

إنه كان يحسد هرقل الذى لم يوجد على الإطلاق. وأنت لن يمكنك التخلص من الحسد بالنجاح وحده لأنه سيوجد دائمًا فى التاريخ أو الأساطير شخص ما أكثر منك نجاحًا، ولكن يمكنك التخلص من الحسد بأن تستمتع بالمسرات التى تأتى فى طريقك وبأن تقوم بالعمل الذى عليك عمله، وأن تتجنب المقارنات التى تعقدها بأولئك الذين تتخيل، وأنت واهم فى ذلك تمامًا، أنهم أكثر منك حظًا.

## (٦)

والتواضع غير الضرورى له علاقة كبيرة بالحسد، فالتواضع يعد فضيلة، ولكن بالنسبة لى، فأنا أشك كثيراً ما إذ كان فى أقصى صوره تطرفًا يستحق أن يعد كذلك، فالمتواضعون يحتاجون إلى قدر كبير من الثقة فى النفس ولا يجرؤون على محاولة القيام بأمور يقدرون عليها تمامًا، فالمتواضعون يعتقدون أنهم أقل مكانة من أولئك الذين يعايشونهم، وبالتالى يكونون معرضين بدرجة أكبر للحسد وعبر الحسد للتعاسة وللرغبات الشريرة.

وأنا أعتقد أن هناك كثيرًا مما يجب أن يقال عن تنشئة الصبى معتقدًا أنه إنسان رائع، فأنا لا أعتقد أن أى طاووس يحسد ذيل طاووس آخر، لأن كل طاووس مقتنع بأن ذيله هو أبدع ذيل فى العالم، ولذلك كان الطاووس طائرًا مسالمًا. تخيل كيف ستكون حياة

الطاووس تعيسة إذا ما لقن أنه من الشر أن يكون للفرد رأيًا طيبًا عن نفسه فأينما رأى طاووسًا آخر ينشر ذيله كان سيقول لنفسه : «لا يجب أن أتخيل أن ذيلى أفضل من هذا الذيل، لأن ذلك سيكون غرورًا، لكنى كم أود لو كان. . فهذا الطائر الكريه يبدو شديد الاقتناع بعظمته. . هل أنتف بعضًا من ريشه! ربما لا أخشى عندئذ من مقارنة نفسى به»، أو ربما نصب فخًا له وأثبت أنه كان طاووسًا شريرًا وكان مذنبًا بجريمة عدم السلوك كما ينبغى لطاووس، ويشى به لمجلس القادة. وتدريجيًا يضع قاعدة أن كل الطواويس التى لها ذيول جميلة بشكل خاص هى غالبًا شريرة وأن الحاكم الرشيد فى مملكة الطواويس يجب أن ينشد دائمًا الطائر المتواضع الذى لا يوجد بذيله سوى قليل من الريش المتسخ فحسب، وما أن يجعل هذا المبدأ مقبولاً، إلا ويدفع بكل الطيور البديعة إلى الموت ويصبح الذيل البديع فى النهاية مجرد ذكرى خافتة من ذكريات الماضى وهكذا يكون انتصار الحسد المتنكر فى صورة أخلاق.

## (٧)

والحسد بالطبع على علاقة وطيدة بالتنافس، فنحن لا نحسد الثروة الكبيرة التى ندرك أنها بعيدة عن متناولنا، ففى العصر الذى كان فيه التسلسل الهرمى الاجتماعى مستقرًا، كانت الطبقات الدنيا لا تحسد الطبقات العليا طالما كان المعتقد أن تقسيم الغنى والفقر قد فرضه الله.

فالشحاذون لا يحسدون المليونيرات رغم أنهم يحسدون الشحادين الآخرين الأكثر نجاحًا. وعدم استقرار الوضع الاجتماعى فى العصر الحديث، وعقيدة المساواة فى الديمقراطية والاشتراكية أديًا معًا إلى اتساع نطاق الحسد بدرجة كبيرة. وقد يبدو ذلك للحظة شرًا، ولكنه شر يجب احتماله كى نصل إلى نظام اجتماعى أكثر عدالة، فما أن تفكر فى عدم المساواة منطقيًا إلا وتجدها ظالمة ما لم ترتكز على بعض الميزات الخارقة. وما أن يتضح ظلمها إلا ويصبح علاج الحسد الناجم عنها هو بإزالة هذا الظلم، عصرنا إذن هو العصر الذى يلعب فيه الحسد دورًا عظيمًا بوجه خاص. فالفقير يحسد الغنى، والدول الأفقر تحسد الدول الأغنى، والنساء يحسدون الرجال، والنسوة الفضليات يحسدون عديمات الفضيلة اللائى لا يعاقبن رغم ذلك. فبينما من الصحيح أن الحسد هو القوة المحفزة الرئيسية التى تقود إلى العدالة بين الطبقات المختلفة والدول المختلفة والأجناس المختلفة، فمن الصحيح أيضا أن طراز العدالة المتوقع نتيجة للحسد من الأرجح أن يكون أسوأ طراز ممكن وهو الذى يكون عبارة عن تقليص متع الأثرياء بدلاً من زيادة متع غير الأثرياء. فالعواطف التى تؤدى إلى الدمار فى الحياة الخاصة تؤدى إلى الدمار أيضا فى الحياة العامة. ولا يجب افتراض أن أمرًا سيئًا جدا كالحسد يمكن أن ينتج عنه أى شىء طيب. فالذين يرغبون لأسباب مثالية فى إحداث تغييرات شاملة فى نظامنا الاجتماعى وتعظيم كمية العدل الاجتماعى يجب أن يأملوا أن تعمل قوى أخرى غير الحسد فى إحداث هذه التغييرات.

## (٨)

كل الأشياء الرديئة متصلة ببعضها، وكل منها عرضة لأن يكون السبب فى الآخر، وعلى وجه الخصوص فإن الإعياء هو السبب الشائع جدًا للحسد. فعندما يحس الرجل أنه غير كفء بالنسبة للعمل الذى أوكل إليه، فسيحس بالسخط العام، والذى يكون عرضه لأن يأخذ صورة الحسد تجاه أولئك الذين لا تتطلب أعمالهم نفس الكفاءة. وبالتالى، فإحدى طرق تقليص الحسد هو زيادة الفعالية. ولكن الشىء الأكثر أهمية هو تأمين حياة كفيلة بإشباع الغريزة. فكثير من الحسد الذى يبدو مهنيًا تمامًا له فى الحقيقة مصدر جنسى. فالرجل السعيد فى زواجه، من غير الأرجح أن يحس بكثير من الحسد لغيره من الرجال، سواء لثروتهم العظيمة أو لنجاحهم طالما كان عنده ما يكفى لتنشئه أطفال بالطريقة التى يحس أنها الطريقة السليمة. فضرورات السعادة الإنسانية بسيطة، بسيطة جدًا لدرجة أن الناس المتمرسين بالحياة الحديثة لا يمكنهم الإقرار بما يفتقدونه حقيقة. فالنساء اللائى تحدثنا عنهن منذ برهة- اللائى ينظرن بحسد لأى امرأة أنيقة المظهر- هن بالتأكيد غير سعيدات فى حياتهن الغريزية. فالسعادة الغريزية نادرة فى العالم الذى يتحدث الإنجليزية، وخاصة بين النساء. فالمدينة يبدو أنها قد ضلت الطريق فى هذا الخصوص، فلو أن الحسد يوجد بدرجة أقل، لوجدت

السبل لعلاج هذا الوضع لأنه إذا لم تتواجد هذه السبل ستكون مدنيتنا مهددة بخطر الهبوط إلى الدمار الذى ستحدثه عربدة الكراهية. ففى الأيام الخوالى، كان الناس يحسدون جيرانهم فقط لأن معرفتهم بالآخرين كانت ضئيلة، والآن من خلال التعليم والصحافة أصبحوا يعرفون الكثير بصورة مجردة عن قطاعات عريضة من البشر ليس من بينهم فرد واحد من معارفهم، ومن خلال الأفلام يعتقدون أنهم يعرفون كيف يعيش الأغنياء، ويعرفون من الصحف الكثير عن شرور الدول الأجنبية، وعبر الدعاية يعرفون عن السلوكيات البشعة لأولئك الذين يحتوى جلدهم على لون مختلف عن لونهم، فالصفر يكرهون البيض، والبيض يكرهون السود، وهكذا.

## (٩)

ويمكن القول بأن من حرك مثل هذه الكراهية هى الدعاية وإن كان ذلك لا يعدو أن يكون تفسيراً سطحيًا. فلماذا تكون الدعاية ناجحة جدًا فى تحريك الكراهية عما لو حاولت تحريك المشاعر الودية؟ من الواضح أن السبب هو أن القلب الإنسانى على النحو الذى صنعته المدنية الحديثة يعد أكثر استعداداً للكراهية عن الصداقة، وهو أكثر استعداداً للكراهية لأنه غير راض، ويحس بعمق وربما بطريقة لا شعورية أنه بطريقة ما قد فاته معنى الحياة، وأن آخرين، ليسوا نحن،

احتفظوا بالأشيـاء الطيبة التى توفرها الطبيعة لمتـعة الإنسان. والمحصلة الموجـبة للمـتع فى الحيـاة الحديثـة للفرد هى بلا شك أعظم ممـا كان موجودا فى المجتمعات الأكـثر بدائية، وإدراك ما يمكن أن تصبح عليه زاد حتى بـدرجة أكبـر، فأينمـا حدث وأخـذت أطفالك إلى حـديقة الحيوان، فقد تلاحظ فى أعين القـرود، عندما لا يكونون يتقافزون أو يكسـرون الجوز، وجـود حـزن حبـيس غريب. ويمـكن تخيل كـيف يشعرون بأنهم يجب أن يكونوا بشراً ولكنهم لا يستطيعون اكتشاف سر كيف يفعلـون ذلك، فهم قد ضلوا الطريق فى مسـيرة التطور، وسار أبناء عـمومتـهم قُدُمًـا، بينما ترددوا هم فى المؤخـرة. شىء من نفس نوعيـة هذا الانضغاط والغـضب يبدو أنه قـد دخل إلى روح الإنسان المتمـدين، فهـو يدرك أن هناك شيـئا أفـضل من ذلك يكاد يكون فى متناول قـبضتـه ولكنه لا يدرى أين يبحث عنه أو كـيف يجده، وهو يثور يائسا ضد أخيه الإنسان الذى يشعر مثله بالضياع والتعاسة. ولقد وصلنا إلى مرحلـة من التطور ليست هى المرحلة النهـائية، ويجب أن نمر بها سريعا لأننا إذا لم نفعل، فسيهلك أغلبنا فى الطريق، وسيضيع الآخرون فى غابة الشك والخـوف. فالحسد بالتـالى، شر على ما هو عليه، بآثاره الفظيـعة، ليس كله من الشيطان، فهـو- جزئيًا- التعـبير عن ألم بطولى، ألم أولئك الذين يمشون خلال الليل عميانا، ربما إلى مكان راحة أفضل، وربما فـقط إلى الموت والدمار. ولكى نجد الطريق الصحيح من بين ركام هذا اليأس يجب على الإنسان المتمدين أن يفتح قلبه كمـا فتح عقله، وأن يتعلم كيف يتجـاوز ذاته، وهو عندما يفعل ذلك يكون قد حقق حرية الكون .

# الفصل السابع

# حاسة الإثم

## (١)

سبق أن تعرضنا بالحديث عن حاسة الإثم فى الفصل الأول، ولكننا الآن يجب أن نتعرض لها بعمق أكبر، حيث إنها تعد من أهم المسببات النفسية الرئيسية للتعاسة فى حياة البالغين.

هناك سيكولوچية دينية تقليدية للإثم لا يمكن لأى من علماء النفس المحدثين قبولها، فقد كان مفترضًا وخاصة بواسطة البروتستانت، أن الضمير سوف يكشف لكل إنسان عندما يغريه القيام بعمل ما، ما إذا كان هذا العمل إثمًا، ذلك أنه بعد القيام به سوف يحس بأى من إحساسين مؤلمين، أحدهما يسمى بتأنيب الضمير، ولا ميزة له أو فضل، والآخر يسمى بالتوبة، وهو الذى بمقدوره أن يمحو الذنب. وفى الدول البروتستانتية، حتى أولئك الذين فقدوا إيمانهم يظلون لفترة من الوقت مقتنعين مع قليل أو كثير من التعديلات، بالنظرة الأصولية للخطيئة.

وفى يومنا هذا، نجد أن لدينا وضعًا مناقضًا لذلك تمامًا، ويرجع ذلك جزئيًا إلى التحليل النفسى، فالذين يرفضون المفهوم القديم للخطيئة ليسوا هم الأصوليون فقط، وإنما يرفضه الكثيرون ممن لا يزالون يعتبرون أنفسهم أصوليين.

## (٢)

الضمير لم يعد شيئًا غامضًا، وهو الذى كان يعد صوت الله نتيجة هذا الغموض، فنحن نعلم أن الضمير يتعلق بأفعال مختلفة فى أماكن مختلفة من العالم، وإذا ما تكلمنا بصفة عامة، فالضمير يتوافق فى كل مكان مع عادات القبيلة، فما الذى يحدث حقيقة عندما يؤنب الضمير فردًا ما؟ كلمة «الضمير» تغطى فى الواقع مشاعر متباينة عديدة، أبسطها الخوف من الانكشاف، فأنت أيها القارئ قد عشت - وأنا متأكد من ذلك- حياة لا تشوبها شائبة، ولكنك إذا سألت شخصًا قام أحيانًا بأفعال يعاقب عليها إذا ما اكتشفت، ستجد أنه عندما يصبح اكتشافها وشيكًا، أن الشخص موضع السؤال يندم على جريمته. ولا أدعى أن ذلك ينطبق على اللص المحترف الذى يتوقع السجن لفترة ما كعنصر من عناصر مجازفة المهنة، ولكن ذلك ينطبق على ما يمكن أن يسمى بالمذنب المحترم، مثل مدير البنك الذى اختلس فى لحظة شدة، أو القسيس الذى وقع فى بعض المحظورات الحسية تحت تأثير الإغراء العاطفى. فمثل هذين الرجلين ينسيان جريمتيهما عندما تكون فرصة اكتشافهما ضئيلة، ولكن عند اكتشافهما أو عندما تكون خطورة أن يتم

اكتشافـها كبيرة، يودان لو كـانا أكثر فضيلة. هذه الرغبـة قد تعطيهم إحساسًا حيًا بحجم ذنبهم، والخوف من إزدراء القطيع يعد من المشاعر المواكبة جداً لهذا الإحساس، فالرجل الذى يغش فى لعب الورق، أو يفشل فى أداء ديوان المقامرة لا يجد فى داخله ما يمكن أن يقف ليدافع عنه ضد احتقار القطيع له عندما ينكشف أمره. وهو يختلف فى ذلك عن المصلح الدينى، وكـذلك الفـوضوى والثـورى الذين يحسـون أنه مهمـا كان وضعهم فى الحاضر فـإن المستقبل معهم، وسـوف يزكيهم بنفس الدرجة الـتى يطمسهم بهـا الحاضر. هؤلاء الـرجال بالرغم من عداء القطيع لهم، لا يحسون بأنهم آثمون، بينما الشخص الذى يقبل تمامًا أخـلاقيات القطيـع بينما يسلك سلوكا مـتنافيًـا معهـا يعانى من التعاسة العظيمة عندما يـفقد اعتباره، والخوف من هذه الكارثة أو من الألم المصاحب لها عند حـدوثها يؤديان به إلى أن يعتبـر أن سلوكياته نفسها آثمة.

## (٣)

ولكن حاسـة الإثم فى أكثـر صورها أهمـية هى أمـر أعمق من ذلك، لأن لهـا جـذوراً فى اللاوعى ولا تظهـر فى الوعى على أنهـا الخوف من عـدم رضاء الناس. ففى حالة الـوعى توجد أفعال مـعينة عليهـا علامة «إثـم» بلا أى سبب ظاهر للاستـبيان. وعـندما يرتكب الشخص هذه الأفعال يحس بعدم الراحة دون أن يعرف لماذا، فهو يود

لو كان الرجل الذى يمكنه الامتناع عـما يعتقد أنه خطيـئة وهو يعجب أخلاقيًا بالذين يعتقد أنهم أنقياء القلب ويدرك بدرجة كبيرة أو صغيرة من الأسف أنه ليس مؤهلاً لأن يكون قديسًا. وبالتأكيد فإن ما يتصوره عن القداسـة ربما كان من المسـتحيـل حدوثه فى واقع الحيـاة اليومـية العادية، وبالتالى يمضى فـى الحياة بإحساس الآثم شاعـراً أنه قد حُرِم الأفضـل وأن أجلّ لحظاته هى تلك الخاصـة بالندم الشجـى. وأساس ذلك فى كل الأحوال تقريبًـا التعاليم الأخلاقية التى يتم تلقـينها للفرد قبل أن يصـل إلى عمر ست سنوات، عـلى يد أمه أو مربيـته، فـهو يتعلم قبل وصوله إلى هذه السن أن السباب شر، وأنه ليس من اللائق استخـدام أى لغة سوى لغة السـيدات الراقيات، وأن الرجـال السيئين فقـط هم الذين يشربون الخـمر، وأن التـبغ لا يتفق مع المثل العلـيا، ويتعلم ان الانسان يجب ألا يكذب أبدًا، وفوق كل شىء يتعلم أن أى اهتمام بالأعضاء الجنسـية أمر منكر، وهو يدرك أن تلك هى آراء أمه، ويؤمن بأنها آراء خالقه كذلك. وأقصـى متعة فى حياته هى أن يحس بحنان أمه أو مربيته، إذا كانت أمه مقصرة، ولا تتاح له هذه المتعة إلا عندما لا يكون قد أذنب ضد هذه التـعاليم الأخلاقية. ويصل إلى أن يوجد الصلـة بين شىء غامض مهـول وأى سلوك قد لا تقـره أمه أو مربيته. وتدريجيًا كلما تقدم فى السن ينسى من أين أتت هذه التعاليم الأخلاقـية، وما إذا كانت فى الأصل عـقوبة عدم طاعتـها، ولكنه لا يلقى بها جانبًا أو يتوقف عن الإحساس بأن شيـئًا مخيفًا قد يحدث له إذا ما خرقها.

## (٤)

وأجزاء كبيرة جدًا من هذا التعليم الأخلاقى للأطفال فارغة من أى أسس منطقية، وتوجد على نحو لا يمكن تطبيقه على السلوك الطبيعى للإنسان العادى. فالرجل الذى يستخدم ما يسمى «باللغة السيئة» على سبيل المثال ليس من وجهة النظر المنطقية أسوأ بأية درجة من الرجل الذى لا يستخدمها، ومع ذلك فعندما يحاول كل فرد تقريبا أن يتخيل قديسًا فسوف يعتبر أن امتناعه عن الأسباب أمرًا اساسيًا. وإذا نظرنا إلى ذلك نظرة عقلية فسنعتبره سخفًا، وينطبق نفس الشئ على الخمر والتبغ. ففى الدول الجنوبية لا يوجد مثل هذا الشعور تجاه الخمر، وبالتأكيد هناك عنصر إلحاد فى ذلك، حيث إنه من المعروف أن المسيح ورسله قد شربوا النبيذ. أما بالنسبة للتبغ فمن الأسهل اتخاذ موقف سلبى منه، حيث إن كل عظماء القديسين عاشوا قبل أن يكون استعماله معروفًا. ولكن هناك أيضًا من المستحيل إجراء جدل منطقى، فالرأى بأن «أى قديس لا يمكن أن يدخن» يقوم وفق آخر التحليلات على قاعدة أن أى قديس لن يفعل شيئًا لمجرد أنه يوفر له المتعة فحسب، وعامل الزهد هذا أصبح فى الأخلاقيات العادية أمرًا لا شعوريًا تقريبًا، ولكنه يعمل بكل الطرق التى تجعل أسسنا الأخلاقية غير منطقية. ففى الخُلُق الرشيد، من المحمود أن تمنح المتعة لأى فرد أو حتى للنفس طالما لم يتولد عن ذلك ألم مقابل للنفس أو للأخرين. والرجل الفاضل النموذجى، إذا ما تخلصنا من التقشف، سيكون هو

الرجل الذى يسمح بالاستمتاع بكل الأشياء الطيبة طالما لم يكن هناك شر لاحق يفوق فى حجمه تلك المتعة.

ولننظر مرة أخرى إلى موضوع الكذب. أنا لا أنكر وجود الكثير جدًا من الكذب فى العالم، أو أننا سنكون جميعًا أفضل لو زاد الصدق، ولكننى أنكر كما أعتقد أن كل عاقل يفعل أن الكذب ليس له ما يبرره فى الأحوال. فلقد حدث أن رأيت مره خلال تريدى ماشيًا فى الريف ثعلبًا متعبًا فى آخر مراحل الإرهاق ولا يزال يجبر نفسه على الركض، وبعد دقائق قليلة، رأيت الصائدين، وسألونى : إن كنت قد رأيت الثعلب. فقلت لهم: نعم رأيته. فسألونى : أى الطرق سلك؟ فكذبت عليهم. ولا أعتقد أننى كنت سأصبح رجلاً أفضل إن كنت قد ذكرت لهم الحقيقة.

## (٥)

وفوق كل شىء، فإن الضرر الناجم عن التعليم الأخلاقى المبكر يكمن أساسًا فى ميدان الجنس، فإذا نشأ الطفل بالطريقة المتعارف عليها بواسطة أبوين متشددين أو مربيات متشددات، فإن العلاقة بين الإثم والأعضاء الجنسية تكون قد تكونت بشدة عند عمر السنوات الست، بحيث يصبح من غير المرجح أن يمكن الفصل بين الأمرين فيما بعد عبر ما بقى من العمر. وهذا الشعور يقوى بالطبع نتيجة عقدة **أوديب**، حيث إن أكثر النساء حبًا فى الطفولة هن اللائى

يستحيل أن تكون هناك حرية جنسية معهن وتكون النتيجة أن يشعر كثير من الرجال البالغين أن المرأة تمتهن نتيجة الجنس ولا يمكنهم احترام زوجاتهم ما لم يكنَّ كارهات للاتصال الجنسى، ولكن الغريزة سوف تقود الرجل الذى تكون زوجته باردة جنسيًا إلى البحث عن الإشباع الجنسى فى مكان آخر. وإشباع الغريزة، حتى وإن وجده للحظات، سوف يكون قد تسمم نتيجة الإحساس بالإثم بحيث لا يمكنه أن يكون سعيدًا فى أى علاقة مع أى امرأة سواءً فى إطار الزواج أو خارجه.

وفى جانب المرأة تحدث نفس الأشياء إذا كانت قد لقنت بتركيز شديد أن تظل ما يسمى بـ«طاهرة» فهى لا تتجاوب غريزيًا فى اتصالاتها الجنسية مع زوجها وتخشى أن تحصل على أية لذة منها. وفى يومنا الحالى، ما يوجد من مثل هذا السلوك فى جانب المرأة أقل كثيراً مما كان منذ خمسين عامًا، ولابد وأن أقرر فى الوقت الحالى تعد الحياة الجنسية بين المتعلمين أكثر اعوجاجًا وتسممًا فى الرجال عن النساء نتيجة حاسة الإثم.

ولقد بدأ انتشار إدراك شرور التعليم الجنسى التقليدى للصغار، رغم أن ذلك لم يشمل بالطبع السلطات العامة، والقاعدة الصحيحة بسيطة، فإلى أن يقترب الطفل- ذكراً أو أنثى- من سن البلوغ لا تعلمه أو تعلمها أية أخلاقيات جنسية على الإطلاق، واحرص على تجنب زرع فكرة أن هناك شىء مقزز فى وظائف الجسم الطبيعية. وعندما يحين الوقت الذى يصبح فيه ضروريًا أن تعطى بعض

التعليمات الأخلاقية، عليك التأكد من أنها منطقية، وأنه بالنسبة لكل نقطة تستطيع إعطاء خلفية جيدة لما تقول. بيد أن التعليم ليس هو ما أرغب فى الحديث عنه فى هذا الكتاب، فأنا مهتم فى هذا الكتاب بما يمكن أن يفعله البالغون لتقليل الآثار الضارة للتعليم غير الرشيد فيما يؤدى إليه من الإحساس غير المنطقى بالإثم.

## (٦)

والمشكلة هنا هى نفسها التى واجهتنا فى الفصول السابقة، أى كيف نجبر اللاوعى أن يراعى المعتقدات الراشدة التى تحكم أفكارنا الواعية؟ فيجب ألا يسمح الناس لأنفسهم بالتأرجح وفقًا لمزاجهم فيعتقدون فى شئ لحظة وفى شئ آخر لحظة أخرى. فحاسة الإثم تكون بارزة بصورة خاصة فى اللحظات التى تضعف فيها الإرادة الواعية نتيجة الإعياء، المرض، الخمر، أو أى سبب آخر. فما يشعر به الإنسان فى هذه اللحظات (ما لم يكن هذا الشعور نتيجة شرب الخمر) من المفترض فيه أنه إلهامٌ من الذات العليا «عندما مرض الشيطان كاد أن يصبح قديسًا» ولكن من غير المعقول افتراض أن تكون البصيرة أكبر فى لحظات الضعف عن لحظات القوة. ففى لحظات الضعف من الصعب مقاومة الإيحاءات الطفولية، ولكن لا يوجد مبرر على الإطلاق لاعتبار أن هذه الإيحاءات أفضل من معتقدات الرجل البالغ عندما يكون فى كامل السيطرة على قدراته. وعلى العكس، ما يعتقده

المرء عامـداً بعقله الكامل وهـو فى أوج قوته يجب أن يكون القـاعدة بالنسبة له فيما يجب أن يعتقده فى كل الأوقات.

ومن السهل جداً تجاوز الإيحاءات الطفولية للاوعى، وحتى تغيير مـحتـويات اللاوعى وذلك بتوظيف الأسـلوب السليم، فأينمـا بدأت تشعر بتـأنيب الضمير لعـمل يقول لك عقلك أنه ليس شريراً، اخـتبر مسـببـات شعـورك بتـأنيب الضمـير، واقنع نفـسك تفصـيليًا بـعدم معقوليتها. اجعل معتـقداتك الواعية واضحة تماما وقوية بالدرجة التى تترك انـطباعًا فى عـقلك اللاواعى يكون قـويًا بدرجة كـافية لمـعادلة الانطباعات التى تركتهـا مربيتك أو أمك عندما كنت طفلاً. ولا تقنع بالتـأرجح بين اللحظات الراشدة واللحظات غـير الراشـدة. أنظر إلى عدم الرشد نظرة متـعمقة بإصرار على عدم احتـرامه وبأنك لن تتركه يتسيدك. وفى أى وقت يدفع بالأفكار أو الأحاسيس السخيفة إلى حيز وعيك، اقتلع هذه الأفكـار من جذورها، واختبرها ثم ارفـضها، ولا تسمح لنفـسك أن تبقى مخلوقـًا متردداً تميل مرة مع العـقل ومرة مع السخـافات الطفوليـة. لا تخشَ من عدم احتـرام ذكرى أولئك الذين تحكموا فى طفولتك. لقـد بدوا لك آنذاك أقوياء وحكماء لأنك كنت ضعيفًا وغبيًا، وحـيث إنك لم تعد كذلك الآن، فمن حقك أن تختبر مدى قـوتهم وحكمتـهم، وأن تحدد مـا إذا كانوا يسـتـحـقـون هــذا الاحتـرام الذى لا زلت تكنـه لهم نتيجة قـوة العادة فحـسب، اسأل نفسـك بجدية : هل أصـبح العالم أفـضل نتيجـة التعليـم الأخلاقى

التقليدى الذى يعطى للصغار. انظر كم من الخرافات الزائفة يدخل فى تكوين الرجل الفاضل التقليدى وتأمل فى أنه، بينما كان التحريم الشديد السخيف يوفر الحماية من كل صور الأخطار الأخلاقية الوهمية، فلم يرد ذكر الأخطار الأخلاقية الحقيقية التى يتعرض لها الشخص البالغ. فالاحتيال فى الأعمال التجارية من النوع الذى لا يعاقب عليه القانون، الشدة تجاه المرءوسين، القسوة تجاه الزوجة والأطفال، الحقد تجاه المنافسين، الشراسة فى الصراعات السياسية.

هذه هى الآثار الضارة حقيقة والشائعة بين المواطنين المحترمين والجديرين بالاحترام. وبهذه الآثام ينشر الإنسان البؤس فى محيطه الخاص ويقوم كذلك بأداء الجزء الذى يخصه فى تدمير المدنية. ولكن هذه الأشياء ليست هى التى تجعله عندما يمرض يعتبر نفسه كالمنبوذ الذى خسر كل حق فى رضا الله. وهذه الأشياء ليست هى التى تجعله يرى كوابيسه أمه تزجيه نظرات التقريع. لماذا تكون أخلاقه اللاشعورية إذن منفصلة عن العقل؟ لأن الأخلاق التى آمن بها من كانوا مسئولين عن طفولته كانت سخيفة، لأنها لم تكن مشتقة من أية دراسة عن واجب الفرد تجاه الجماعة، لأنها كانت مصنوعه من قصاصات قديمة من قواعد التحريم غير المنطقية، ولأنها كانت تحتوى فى داخلها على عناصر مرضية مشتقة من المرض الروحى الذى أصاب الإمبراطورية الرومانية المحتضرة. وأخلاقياتها التى هى اسمية فحسب تشكلت على أيدى القسس والنسوة المستعبَدات عقليًا. ولقد حان وقت أن يتعلم الناس الذين عليهم أن يلعبوا دورًا طبيعيًا فى الحياة الطبيعية للعالم، أن يتمردوا على هذا الهراء الممْرِض.

## (٧)

ولكى ينجح هذا التـمـرد فى تحـقيق الـسعـادة للفـرد فى تمكين الإنسان من أن يعيش متـمسكًا بمعيار واحد، لا متـرددًا بين معيارين، فـمن الضرورى أن يـفكر الفرد ويحس بـعمق بما يحـدثه به عـقله. فمعظم الرجال عندما يطرحون جانبًـا، -بسطحيه-، خرافات طفولتهم يعـتقـدون أنه لا يوجـد ما يـجب أن يفعلوه أكـثـر من ذلك وهم لا يدركون أن هذه الخرافات لا زالت كامنـه فى الأعماق. فعند الوصول إلى اقتناع منطقى، فـمن الضرورى التمعن فيـه، وتتبع آثاره والبحث عن أية معتقـدات غير متوافقـة مع القناعة الجديدة التى من الممكن أن تكون ما زالت حية، وعندما يزيد الإحساس بالإثم قوة، كما سيحدث من وقت لآخر، يجب أن يكون الـتعامل معـه ليس على أنه وحى أو نداء من الأشـياء الأعلى، ولكن على أنه مـرض وضعف مـا لم يكن بالطبع متسـببًا عن بعض الأفعال التى تؤثمهـا الأخلاق الرشيدة. وأنا أقترح أن يـكون الإنسان بلا أخلاق، ولكنى أقتـرح فقط أن يكون بلا خرافات أخلاقية وهذا أمر مختلف تمامًا.

ولكن حتى إذا أذنب الإنسان ضد نظامـه الأخلاقى الرشيد، فأنا أشك فى أن الإحساس بالإثم هو أفـضل الطرق للوصول إلى أسلوب أفضـل للحيـاة. ففى الإحـساس بالإثم شىء دنىء شىء يفـتقـر إلى احترام النفس، ولم يحدث شىء طيب على الإطلاق لشـخص نتيجة

فقدانه لاحـترامه لنفسه. والرجل الـرشيد سوف ينظر إلى أفعـاله غير المرغوبة كما ينظر إلـى أفعال غيره، كأفعـال نتجت عن ظروف خاصة ويجب تجنب وقوعها سواء بأن يكون إدراك أنها غير مرغوبة أشمل أو بتجنب الظروف التى أدت إليها إذا كان ممكنًا.

## (٨)

وفى الحقـيقة فـإن الإحساس بالإثم -على بعـده الشديد عن أن يكون السـبب فى حيـاة طيبـة- هو على العكس يجعل المـرء تعيـسًا وشـاعرًا بالدونيـة، ولأنه تعـيس، فمـن الأرجح أن تكون له مطالب زائدة عن الحـد لدى غيـره من الناس وهو مـا يمنعـه من الاستـمتـاع بالسعادة فى عـلاقته الشخصيـة. ونتيجة الإحسـاس بالدونية، سوف يتـولد لديه حقـد تجـاه أولئك الذين يبدون أرفع مـقـامًا، وسـيجـد الإعجاب بهم صعبًا وحسدهم سهلاً، ويصبح شخصًا غير مقبول على وجه العموم، وسيجد نفسه وقد أصبح وحيدًا أكثر فأكثر.

فالسلوك الكريم والمنفتح على الآخـرين لا يمنح السعادة للآخرين فحسب، وإنما يمثل مصدرًا عظيمًا للسعادة لصاحبه، لأنه يؤدى به إلى أن يكون محبوبًا. مثل هذا السلوك نادرًا ما يكون ممكنا للشخص الذى ينوشه الإحساس بالإثم، لأن هذا السلوك هو نتيجة للتوازن والاعتماد على الذات ويتطلب ما يمكن أن يسمى بالتكامل العقلى، وأعنى بذلك أن تعمل الطبـقات المختلفة فى طـبيعة الفـرد، الوعى، التحت وعى،

واللاوعى بانسـجـام، لا أن تشـتبك فى صـراع دائم. وإحـداث هذا الإنسجام ممكن فى معظم الحـالات بالتعليم السديد ولكن عندما يكون التعليم غير سـديد تصبح هذه العملية صعبـة جدًا. وهذه العملية هى التى يحاول المحلل النفـسى القيام بها، وإن كنت أعـتقد أنه فى كـثير جدًا من الحـالات يستطيع المريض نفـسه القيـام بهذا العـمل الذى قد يتطلب ، فى الحالات الأكثر تطرفًا ، مساعدة من خبير.

لا تقل : «ليس عندى وقت لمثل هذه الأعمال النفسـية، فحياتى مشغولة ومليئة بالعلاقات ويجب أن أترك عقلى اللاواعى وشأنه». فلا شىء يقلل - بدرجة كـبيرة - السـعادة فحسب، بل والكفـاءة أيضًا، كالشـخصيـة المنقسـمة على نفسـها. فالوقت الـذى ينفق فى إحداث الانسجام بـين أجزاء شخصيـة الفرد المختلفة هو وقت وَظّفَ تـوظيفًا نافـعًا. ولا أدعى أن الفـرد يجب أن يخـصص مثـلاً ساعـة كل يوم لاختـبار نفسه بنفـسه، فليست هذه هى أفـضل الطرق فى رأيى لأنها تؤدى إلى زيادة الاسـتـغـراق فى الذات، والذى هو جـزء من المرض الذى يجب عـلاجه حـيث أن الشخـصيـة المنسجـمة تكون مـتجـهة للخارج. مـا أقترحه هو أن الفرد عـليه أن يأخذ قراره مركـزًا على ما يعتقده برشد، وألا يسمح إطلاقًا للمـعتقدات غير المنطقية بالمرور دونما تحدٍّ أو أن تتـمكن من إحراز سيـطرة عليه مهـما كان لفـترة قصـيرة. والقضـية هنا هى التـدبر مع النفس فى اللحظات التى يغـرى الإنسان فيها أن يعود طفلاً، وهذا التدبر إذا كان قويًا بدرجة كافية، سيستغرق

فترة قصيرة جداً، وبالتـالى يكون الزمن الذى يتطلبه ضئيلاً إلى درجة الإهمال.

## (٩)

يوجد فى كثـير من الناس كراهة للعقلانيـة، وأينما وجدت هذه الكراهة فستبدو الأمور التى تحدثت عنها عديمة الصلة بالموضوع وعديمة الأهميـة. فهناك الاعـتقاد بأنه إذا سـمح للعقـلانية أن تعـمل بحرية فستـقتل العواطف العـميقة كلها. هـذا الاعتقاد يبدو لـى راجعًا إلى التصور الخـاطئ تماما لوظيفة العـقل فى الحياة الإنسانيـة، فدور العقل ليس هو انتـاج العـواطف، رغم أن اكـتـشاف الـطرق التى تمنع هذه العواطف من أن تكون عقبة فى سبيل رفاهية الإنسان قد يعد جزءاً من وظيفـته. فإيجاد الطرق الـكفيلة بتقليص الحـقد والحسد إلى حـدهما الأدنى هو بلا شك حزء من وظيفة السيكولوچية العقلانية. ولكن من الخطأ افتراض أنه بـتقليص هذه الأحاسيس فإن قـوة العواطف التى لا يرفضها العقل ستـقل هى الأخرى. ففى الحب الملتهب. وفى المشاعر الأبوية. وفى الصـداقة، وفى الإحـســان، وفى الولاء للعلم أو الفن عواطف لا يوجد بينهـا ما يرغب العقل فى تقليصه. فـالرجل الرشيد عندما يحس بأى من هذه العواطف سيكون سعيداً لإحساسه بها، ولن يفعل ما يقلل من قوتها لأن كل هذه العواطف تعد من مكونات الحياة الطيبة، تلك الحياة التى تسعى لإسعاد النفس والآخرين. فلا يوجد ما

هو غيـر عقلانى فى العـواطف بصفة عامـة، فكثير من اللاعـقلانيين يحسون بأكثر العـواطف تفاهة. ولا يجب أن يخشى أى إنسان من أنه عندما يجعل نفـسه عقلانيًا فإنه قـد يجعل بذلك حياته كئيـبة. فعلى العكس، فلأن العقلانية تتكون أسـاسًا من الانسجام الداخلى، فالفرد الذى يصل إليـها يكـون أكثـر حرية فى تـصوراته عن العـالم ، وفى استخدامه لطاقاته فى الوصـول إلى الأغراض الخارجية ، عن الإنسان الذى تعوقـه دائمًا الصـراعات الداخلية. فـلا شىء أكثـر كآبة من أن يتـحـوصل الإنسـان فى ذاته، ولا شىء أكـثـر إبهاجًـا من توجـيـه الاهتمامات والطاقة إلى الخارج.

## (١٠)

أخلاقيـاتنا التقليدية كانـت ذاتية التمركز بلا مـبرر، وفكرة الإثم جزء من هذا التركيز غير السديد للانتباه مع الذات. فبالنسبة للذين لم يجربوا مطلقًا المزاج الداخلى الناجم عن هذه الأخلاقيات الخاطئة يبدو العقل غير ضـرورى ولكن بالنسبة للذين اكتسبـوا المرض يصبح العقل ضروريًا لحدوث الشفاء. وربما كـان المرض مرحلة ضرورية من مراحل النمـو العقلى. وأنا أميـل للاعـتقـاد بأن الإنسان الذى تجـاوز المرض بمساعدة العقل قد وصل إلى مستوى أعلى من الإنسان الذى لم يعرف المرض ولا الدواء.

وكراهية العقل الشائعة فى هـذه الأيام تعود بالدرجة الكبيرة جداً إلى عـدم الإدراك السليم والكافى للعـمليات التى يقـوم بها العـقل. فـالشخص المنـقسم على نفـسـه يبحث عن الإثـارة والإلهاء ويعـشق العـواطف القوية ليس لمبـررات وجيـهـة وإنما من أجل اللحظات التى تأخذه فيها بعيداً عن نفسه ولأنها تكفيه مؤونة الضرورة المؤلمة للتفكير. وأى عاطفـة هى بالنسبـة لهذا الشـخص نوع من التخـدير. فلأنه لا يستطيع تصـور السعادة الحقيـقية فإن أى تخفـيف للألم يبدو له ممكنًا فقط بالتخدير. وما تلك إلا أعـراض مرض عميق الجذور. وعندما لا يكون هناك مثل هذا المرض فإن أعظم سعادة تتأتى مع السيطرة الكاملة على قـدرات الفرد. فـفى اللحظات التى يكون العقـل فيهـا فى أوج نشاطه والقليل فـقط من الأشياء هى التى نـسيت، تحدث أكثـر صور الفرحة شدة. وهذا بالتأكيد يعـد واحداً من أفضل تعويذات السعادة. فالسعادة التى تتطلب الحـذر بأى شكل من الأشكال تكون زائفة وغير مشبعة، أما السعـادة الحقيقية والمشبعة فيتلازم معهـا باستمرار التشغيل الكامل لكل قدراتنا والإدراك الكامل والسليم للعالم الذى نعيش فيه.

# الفصل الثامن

# هوس الاضطهاد

## (١)

يعــد هوس الاضطـهـاد فى أشكاله شــديدة الـتطرف طرازاً من الجنون. فبعض الناس يتخـيلون أن الآخرين يريدون قتلهم أو سجنهم أو الإساءة إلــيهم إساءة بـالغة وعـادة ما تدفعــهم الرغـبة فى حمـاية أنفسهم ضــد الاضطهاد المتخيل إلى أفعــال عنيفة بما يجعل من تقـييد حريتــهم أمرًا ضــروريًا. وهذا الطراز شأنه فى ذلك شــأن طرز الجنون الأخرى، عبارة عن ميل مبالغ فيه لا يعد على الإطلاق غير شائع بين الناس الذين يعدون طبيعيين. وأنا لا أنوى مناقشة الطرز المتطرفة والتى تعد من اختــصاص علماء النفس ولكن ما أود التــعرض له هى الطرز المعتــدلة لأنها من المسببــات الشائعة للتــعاسة، ولأنها مــا لم تكن قد تفــاقمت إلــى حد الجنون الفــعلى يظل من المــمكن للمريــض نفســه مواجهتها طالما أمكن حثه على تشخــيص مشكلته تشخصيًا سليمًا وأن يرى أن أصل المشكلة يكمن فى داخله وليس فى العداء أو فى الكراهية المفترضين من الآخرين. وكلنا عــلى دراية بطراز الشخص، رجلاً كان

أم امرأة، الذى وفقا لتقديره الخاص، يقع دائمًا ضحية لنكران الجميل، والفظاظة والغـدر. فالناس من هذا الطراز عادة مـا يكونون مقـبولين ظاهريًا بطريقـة غير عاديـة، ويتعاطف مـعهم تعاطفًـا حارًا الذين لم يعرفوهم لفترة طويلة. وكقاعدة، لا يوجد ما يعد غير محتمل بصورة واضحة فى أى قـصة منفصلة يحكونها. وسـوء المعاملة الذى يشكون منه لا شك فى أنه يحدث أحـيانًا ولكن ما يؤدى بالمستـمع فى النهاية إلى زيادة شك هو كثـرة الأوغاد الذين كان من سـوء حظ الشاكى أن يقابلهم. فوفقًا لقاعدة الاحتمـال، فالبشر المختلفين الذين يعيشون فى مجتمع مـا من المرجح أن يواجهوا خلال فترة حـياتهم نفس القدر من المعاملة السيئة. فإذا ما واجه فرد واحـد فى مجموعة ما، وفقا لتقديره الخاص، معاملة سـيئة بصورة دائمة، فالأرجح أن يكون السـبب كافيًا فيه، وهو إمـا يتصور الإساءات التى لم يعـانيها فى الواقع، أو أنه لا شعوريًا يسـلك سلوكًا ينجم عنه إثارة لا يمكن التحكم فـيها. والناس الذين لديهم خـبرة يشكون بالتـالى فى أولئك الذين وفـقًا لتقـديرهم الخاص يواجهـون معاملة سيـئة من العالم، ويؤكدون بعـدم تعاطفهم معهم فكرة هؤلاء التعساء أن كل إنسان فى هذا العالم ضدهم.

## (٢)

والمشكلة فى الحقـيقة من الصـعب التعامـل مـعهـا لأنها تشـتعل سواء بالتعـاطف أو بعدم التعاطف مـعها. فالفرد الذى لديه استعداد

لهوس الاضطهاد، عندما يجد أن قصته عن سوء حظه تم تصديقها، فإنه يعكف على تزويقها إلى أن يصل إلى حدود الثقة، أما إذا وجد أن قصته لم تصدق، يصبح لديه مثل آخر على قسوة قلوب البشر تجاهه. فهذا المرض هو من النوع الذى يكون التعامل معه عن طريق التفهم، ويجب أن يتم نقل هذا التفهم إلى المريض لكى يؤدى الغرض منه. وهدفى فى هذا الفصل اقتراح الانطباعات العامة التى يمكن بواسطتها لكل فرد أن يكتشف فى نفسه وجود عناصر هوس الاضطهاد (والذى يعانى منه تقريبًا كل إنسان بدرجة كبيرة أو صغيرة) وما أن يكتشفها فسيمكنه القضاء عليها، ويعد هذا من المكونات المهمة لانتصار السعادة، لأنه من المستحيل تمامًا أن نكون سعداء إذا ما أحسسنا أن كل إنسان يسىء معاملتنا.

## (٣)

من أكثر صور عدم الرشد شيوعًا هو الموقف الذى يأخذه الجميع تقريبًا من النميمة الخبيثة، فقليل جدًا من الناس يستطيعون مقاومة قول أشياء خبيثة عن معارفهم وأحيانًا عن أصدقائهم ، ولكن عند سماعهم أى شئ قيل ضدهم شخصيًا تملؤهم الدهشة الغاضبة فلم يدر بخلدهم إطلاقًا أنهم كما يتقولون على الآخرين سوف يتقول الآخرون عليهم. وهذه صورة معتدلة من صور السلوك الذى عندما يكون مبالغًا فيه يؤدى إلى هوس الاضطهاد. فنحن نتوقع من كل شخص آخر أن

يحس تجاهنا بالحب الرقيق والاحترام الشامل اللذين نحسهما تجاه أنفسنا. ولا ندرك أننا لا يجب أن نتوقع أن تكون أحاسيس الآخرين تجاهنا أفضل من أحاسيسنا تجاههم، والسبب فى عدم إدراكنا لذلك هو أن ميزاتنا عظيمة وواضحة بينما تلك الخاصة بالآخرين، إذا وجدت على الإطلاق لا تظهر إلا بعين بارة جداً. فعندما تسمع أن فلاناً قال شيئًا سيئًا عنك، فإنك تتذكر التسع وتسعين مرة التى امتنعت فيهم عن ذكر الانتقادات العادلة التى يستحقها، وتنسى المرة المئة التى جاهرت فيها فى لحظة غير حكومة بما تعتقد أنه الحقيقة عنه. وتقول : أهذا هو جزاء تحملك الطويل؟ ولكن من وجهة نظره هو فإن سلوكك يبدو على نفس النحو الذى يبدو لك تمامًا، فهو لا يعلم شيئًا عن المواقف التى امتنعت فيها عن الكلام عنه ولكنه يعلم فقط عن المرة المئة التى تحدثت فيها عنه.

ونحن إذا ما وُهبْنا القوة السحرية التى تمكننا من قراءة عقول الآخرين، أعتقد أن أول آثارها سيكون اندثار كل الصداقات، والأثر الثانى قد يكون ممتازًا، حيث إن عدم تحملنا لعالم بلا أصدقاء، سيعلمنا أن نحب بعضنا البعض دون أن نحتاج إلى قناع من الوهم نخفى به عن أنفسنا عدم اعتقادنا أننا كاملين كمالاً مطلقًا. فنحن ندرك أن لأصدقائنا أخطاءهم ولكنهم رغم ذلك أناس طيبون ونحن نحبهم. ولكننا لا نتحمل أن يكون سلوكهم تجاهنا مماثلاً لذلك فنحن نتوقع منهم أن يعتقدوا أننا، على خلاف باقى البشر، بلا أخطاء. وعندما نجبر على التسليم بأننا لدينا أخطاؤنا، فنحن نأخذ هذه الحقيقة

الواضحة بكثير جداً من الجدية. فلا يجب أن يعتقد إنسان ما أنه كامل، أو أن تؤرقه بلا داع حقيقة أنه ليس كذلك.

## (٤)

وجذور هوس الاضطهاد تكمن دائمًا فى تصورنا المبالغ فيه عن مزايانا الخاصة. فسوف أفترض أننى كاتب مسرحى، فلابد وأنه من الواضح لكل شخص غير متحيز أننى أكثر الكتاب المسرحيين امتيازًا فى هذا العصر، ورغم ذلك، ولسبب ما، فمسرحياتى نادرًا ما يتم تمثيلها، وعندما يحدث لا تنجح. ما هو تفسير هذا الوضع الغريب للأمور؟ من الواضح أن المديرين والممثلين والنقاد قد تجمعوا ضدى لسبب أو لآخر. والسبب، بالطبع، راجع لى بدرجة كبيرة؛ فأنا قد رفضت أن أنافق الكبار فى عالم المسرح، ولم أتملق النقاد، ومسرحياتى تحتوى على حقائق محلية لا يتحملها أولئك الذين تصيبهم فى مقتل، وهكذا تفتر ميزاتى السامية غير المعترف بها.

## (٥)

وهناك أيضًا المخترع الذى لم يستطع أبدًا أن يجعل أى شخص يختبر مزايا اختراعه، فرجال الصناعة لهم طرقهم الثابتة، ولن ينظروا إلى أى تجديد، بينما الأقلية التقدمية فتحتفظ بمخترعين خاصين

ينجحون فى إغلاق الطريق أمام تدخلات عبقرى بلا ترخيص. والجمعيات العلمية، للغرابة الشديدة، تضع المخطوطات أو تردها دون قراءة، والأشخاص الذين يتظلم إليهم الفرد يكونون غير مستجيبين بطريقة ظالمة. فكيف يمكن تفسير مثل هذه الأوضاع؟ من الواضح أن هناك تجمعًا وثيقًا من رجال يرغبون فى تقسيم الفوائد التى يمكن الحصول عليها بالاختراع فيما بينهم، والرجل الذى لا ينتمى إلى هذا التجمع لا ينصت إليه أحد.

## (٦)

وهناك الرجل الذى لديه أسىً حقيقى مبنى على حقائق واقعية ولكنه يميل للتعميم فى ضوء تجربته ويصل إلى استنتاج أن مأساته يمكنها تقديم الحل للكون بأسره. فلنقل إنه اكتشف فضيحة تخص النشاط السرى والتى من مصلحة الحكومة أن تبقيها فى الظلام ولا يستطيع أن ينشر اكتشافه بأى صورة، والرجال الأكثر اتساعًا فى الأفق يرفضون مجرد تحريك إصبع لعلاج هذا الشر بما يملؤه بالإحباط. والحقائق هى بالضبط على نحو ما ذكره. ولكن إحباطاته أدت إلى أن يتصور أن كل الأقوياء منشغلون تمامًا بأمر واحد وهو تغطية الجرائم التى إليها ترجع قوتهم، والحالات التى من الطراز تكون عنيدة بشكل خاص نتيجة الصدق الجزئى لشكلها الخارجى. فالأمر الذى أصابهم شخصيًا من الطبيعى أن يترك عليهم انطباعات أكبر من كثير من الأمور

التى ليس لهم خبرة مباشرة بها ويولد ذلك لديهم احساسًا خاطئًا بنسب الأشياء لبعضها فيعلقون أهمية لا منطقية على حقائق تعد استثناءً وليست قاعدة.

## (٧)

ومن ضحايا هوس الاضطهاد والذين لا يُعتَبرون غير شائعين بالمرة، ذلك الطراز الخاص من المحسنين الذين يفعلون الخير لغيرهم من الناس ضد إرادتهم ويدهشهم ويرعبهم ألا يظهر الناس أى عرفان بالجميل. فبواعثنا لعمل الخير نادراً ما تكون بالنقاء الذى نتصوره فيها. فحب السلطة شديد الخداع، ويتنكر فى صور عديدة، وعادة ما يكون هو مصدر السرور الذى نحصل عليه من فعل ما نعتقد أنه خيراً لغيرنا من الناس. وليس من غير الشائع أن يتدخل عنصر آخر فى ذلك. «ففعل الخير» للناس بصفة عامة يتكون من حرمانهم من بعض المتع: شرب الخمر، المقامرة، البطالة أو غير ذلك. وفى هذه الحالة يوجد عنصر مماثل للأخلاق الاجتماعية، وهو الحسد للذين هم فى موقف اقتراف الإثم الذى علينا الامتناع عنه للحصول على إحترام أصدقائنا. فالذين يمنحون أصواتهم على سبيل المثال، لقانون يحظر تدخين السجائر (مثل هذه القوانين موجودة فعلاً أو وجدت فى ولايات أمريكية مختلفة) هم بالطبع غير مدخنين، وتكون المتعة التى يحصل عليها الآخرون من تدخين التبغ مصدراً لآلمهم. فإذا ما توقعوا أن

يأتيهـم أولئك الذين كانوا مـدخنين سابقين للسـجائر فى صـورة وفد لشكرهم على جعلهم يقلعون عن هذه الرذيلة السيئة، فمن المحتمل أن يصابوا بخيبة الأمل وربما بدأوا فى تأمل أنهم قـد وهبوا حياتهم لعمل الخـير للعـامـة، وأن أولئك الذين لديهم كل المبـررات لشكرهم على نشـاطهم الخيِّـر ظهروا الأقل إدراكـًا لأى مـعنى من معـانى العرفـان بالجميل.

ومن المعـتاد وجود نفـس هذا السلوك للسيـدات تجاه الخـادمات المنزليات اللائى يحـرصن على حماية أخـلاقهن ولكن فى هذه الأيام أصـبحت مـشكلة الخادمـات حادة جـدًا لدرجة أن هذه الصـورة من الإحســاس للخادمـات باتت أقل شيـوعًا. ونفس الشىء يـحدث فى المستويات العـالية من السياسة. فرجل الدولة الذى يركـز تدريجيًا كل السلطات فى ذاته كى يستـطيع القيام بتنفيـذ الأهداف الساميـة والنبيلة التى جعلتـه يلفظ الراحة ويدخل مـعترك الحـياة العـامة، يندهش من عقوق النـاس عندما ينقلبون ضده، ولم يدر بخلده أبدًا أن عـمله قد يكون له أى غرض غيـر الخدمة العامة، أو أن لـذة التحكم فى الأمور قد كانت بأية درجة هى الدافع وراء كل أفعـاله. فالجمل التى عادة ما تستخدم فى الخطابة وفـى صحافة الحزب تبدو له تدريجيًـا معبرة عن الحقائق، ويخطئ إذ يعتقد أن بلاغته الحزبية هى تحليل أصيل لدوافعه، وهو يعتزل مـشمئزًا وقد زايلته أوهـامه، كما اعتزلتـه الحياة، ويأسف على مجرد أنه حـاول مثل هذا العمل غيـر المشكور وهو السعى وراء الخير العام.

## (٨)

مثل هذه الأمثلة تشير إلى أربعة مبـادئ عامة كفيلة بتأمين الوقاية الكافية من هـوس الاضطهاد إذا أمكن إدراك حقيقـتها بدرجة كـافية. **الأول** هو: تذكر أن دوافعك ليست إيثارية دائمًا كما تبدو لك. **الثانى** هو: لا تبالغ أبدًا فى تقدير مزاياك الخاصة. **الثالث** هو: لا تتوقع أن يهتـم بك الآخرون بنفس درجـة اهتمامك بنـفسك. **والرابع** هو: لا تتـخيل أن مـعظم الناس يفكرون فـيك بدرجة تكفى لجـعلهم يودون اضطهادك بـشكل خاص. وسوف أتكـلم باختصـار عن كل من هذه المبادئ تباعًا.

## (٩)

إن الشك فـى الدوافع الذاتيـة يعـد ضـروريًا للـمـصـلحين وللتنفيذيين، فلدى مثل هؤلاء الناس تصـور عما يجب أن يكون عليه العالم أو جزء من العـالم، ويشعرون أحيانًا صـوابًا وأحيانًا خطأ، أنه بتحقيق تصورهم فإنهم يمنحون نعـمة للإنسانية أو لجزء من الإنسانية، ولا يدركـون رغم ذلك بدرجـة منـاسـبـة أن الأفـراد الذين يتـأثرون بإجراءاتـهم لكل منهم نفس الحق فى وجهـة نظره الخاصـة عن طراز العالم الذى يبتغيه. فالشخص التنفيذى يكون واثقًا تمامًا من أن تصوره

صحيحًا وأن أى تصور مضاد خطأ، ولكن تصوره الذاتى لا يوفر دليلاً على أنه صحيح موضوعيًا أيضًا، فغالبًا ما يكون اعتقاده تمويها للسرور الذى يحصل عليه من تدبير التغييرات التى يكون هو السبب فى إحداثها.

## (١٠)

بالإضافة إلى حب السلطة يوجد دافع آخر وهو الغرور الذى يكون فعّالاً بقوة فى مثل هذه الحالات. والشخص المثال ذو القدوة العقلية الفائقة الذى يرشح نفسه للبرلمان، وأنا أتكلم هنا من واقع الخبرة، تدهشه لا مبالاة الناخبين الذين يظنون أنه يسعى وراء عظمة كتابة الحرفين ع.ب. (عضو برلمان) بعد اسمه. وعندما ينتهي الاقتراع ويكون لديه وقت للتفكير، يدور بخاطره أن الناخبين اللامبالين ربما كانوا على حق. فالمثالية تجعل الدوافع البسيطة تتنكر فى ثياب غريبة، وبالتالى فإن لطمة اللامبالاه الواقعية من رجل الشارع لا تعد فى غير موضعها. والأخلاقيات التقليدية ترسخ فى الذهن درجة من الإيثار تتحملها بالكاد الطبيعة البشرية، والذين يفخرون بأنفسهم نظرًا لفضيلتهم يتخيلون عادة أنهم قد وصلوا إلى هذا المثل الأعلى الذى لا يمكن الوصول إليه. والأغلبية العظمى من أفعال أشد الناس نبلاً تحتوى على دوافع شخصية ولا يجب الأسف على ذلك حيث أن الأمر لو كان بخلاف ذلك لما تمكنت السلالة البشرية من البقاء. فالرجل الذى

يمضى وقته فى السهر على إطعام الآخرين وينسى إطعام نفسه سوف يهلك. وبالطبع قد يكون حصوله على الطعام لغرض وحيد وهو أن يعطى نفسه القوة اللازمة للوثب مرة أخرى إلى الموقعة القائمة ضد الشر. ولكن من المشكوك فيه أن يكون الطعام الذى أكله وفقًا لهذا الدافع سيتم هضمه بكفاية، حيث أن تنبيه انسياب اللعاب لن يكون كافيًا. فمن الأفضل إذن أن يأكل الإنسان لأنه يستمتع بطعامه عن أى يكون الوقت الذى ينفقه فى وجباته تمليه فقط الرغبة فى فعل الخير للمجموع.

وما ينطبق على الأكل ينطبق على كل شىء آخر. فأى عمل يجب القيام به لا يمكن أن يتم بكفاءة إلا إذا كان له طعم خاص، وهذا الطعم من الصعب أن يتوفر ما لم يكن هناك دافع ذاتى. ويجب أن أضع ضمن الدوافع الذاتية، من وجهة النظر هذه، تلك الدوافع التى تخص الأفراد المرتبطين بالذات بيولوجيًا مثل دافع حماية الزوجة والأطفال ضد الأعداء. وهذه الدرجة من الغيرية تعد جزءًا من الطبعية البشرية السوية، ولكن الدرجة التى ترسخها الأخلاقيات التقليدية فى الذهن ليست كذلك، ونادرًا جدًا ما يمكن الوصول إليها فعليًا. فالأشخاص الذين يرغبون فى الحصول على اعتراف بامتيازهم الأخلاقى يجب أن يقنعوا أنفسهم بأنهم قد وصلوا إلى درجة من درجات الإيثار من غير المرجح على الإطلاق أن يكونوا قد وصلوا إليها، وبالتالى فمحاولة الوصول إلى القداسة تصبح مرتبطة بنوع من خداع النفس يقود بسهولة إلى هوس الاضطهاد.

## (١١)

والمبدأ الثانـى من المبادئ الأربع، الذى مفاده أن من غـير الحكمة المبالغة فى تقدير مزاياك الذاتية يغطيه مـا سبق بالفعل قوله فيما يتعلق بالأخلاقـيات. ولكن كل من المزايا والأخلاق يجب عدم المبـالغة فى تقديرهما. فالكاتب المسرحى الـذى لم تنجح مسرحياته أبدًا يجب أن يفكر بهدوء فـى فرضيـة أنها جمـيعًا مـسرحيـات رديئة، ويجب ألا يرفض ذلك مسـبقًا على أنـه أمر لا يمكن تحمله، فـإذا وجد أن ذلك يطابق الحقائق، يجب عليه كفيلسوف مستنبط أن يؤمن بذلك.

## (١٢)

من الصحـيح أنه يوجد فى التـاريخ حالات لمزايا لم يعتـرف بها ولكنهـا أقل كثيـرًا من حالات اللامـزايا التى اعتـرف بها، فـإذا كان الشخص عـبقريًا لم يعترف بـه عصره فسيكون مـن الصواب إصراره على المضى فى طريقـه رغم هذا التـجاهل. أمـا إذا كان على نقـيض ذلك، شخصًا غـير موهوب منتفخ بالغرور، سوف يـفعل خيرًا إذا لم يصر. ولا توجد وسيلة لمعرفة إلى أى الـقسمين ينتمى الشخص إذا ما كان مصابًا بدافع انتاج البدائع غيـر المعترف بها. فإذا كنت تتبع القسم الأول، فإن إصرارك يعد بطوليًا، أما إذا كنت تنتمى إلى القسم الثانى فإصرارك يكون هزليًا. فبعد مـوتك بمئة عام سيكون من الممكن معرفة

إلى أى القسمين تنتمى. فى نفس الوقت فـهناك اختبار، ربما لا يكون مـعصـومًـا من الخطأ، إذا كنت تشك فى أنك عـبقـرى بينمـا يشك أصدقاؤك فى أنك لست كذلك. والاختبار هو: هل تنتج لأنك تشعر باضطرار حاد للتعـبير عن أفكار أو مشاعر مـعينة، أم أنك تفعل ذلك للرغبـة فى سماع الثـناء؟ فبالنسـبة للفنان الحقـيقى تكون الرغـبة فى الحصول على الثناء رغم وجـودها بقوة، ثانوية بمعنى أن الفنان يرغب فى إنتاج عمل معين ويأمل أن ينال الثناء ولكنه لن يغير من أسلوبه إذا لم يكن الاستحسان قادمًـا. ومن الناحية الأخرى، فإن الشخص الذى تكون رغبـته فى الحـصول على الثناء هى الدافع الأسـاسى، لا توجد بداخله أية قوة تدفعه لطراز معين من طرز التعـبير ويمكنه بالتالى القيام بعمل من طراز آخـر تمامًا. مثل هذا الشخص، إذا فـشل فى الحصول على الثناء بواسطة فنه وجب عليه الإقلاع عنه.

## (١٣)

وبشكل أكثـر عمومـية، وأيـًا ما كـانت وظيفتك فى الحـياة، إن وجدت أن الآخرين لا يعطون قدراتك تقديرًا عاليـا كما تعطيها أنت، فلا تكـن شديد الثقـة فى أنهم هم المخطئـون، وإذا سمحت لنـفسك بالتفكير فى أنهم هـم المخطئون فربما انزلقت بسهولة إلى الإعـتقاد بأن هناك مؤامرة لمنع الاعتراف بموهبتك وهذا الاعتقاد من المؤكد أن يكون

من بواعث الحياة التعسة، بمعرفة أن ميزتك ليست بهذه العظمة التى كنت تودها أن تكون ربما تصبح شديدة الإيلام للحظة ولكنه ألم له نهاية ستكون الحياة السعيدة ممكنة مرة أخرى بعدها.

## (١٤)

المبدأ الثالث كان ألا تتوقع الكثير جدًا من الآخرين. فقد درجت العادة أن تتوقع السيدات المقعدات من ابنة واحدة على الأقل التضحية تمامًا بنفسها للقيام بمهمة الممرضة، حتى إلى درجة التنازل عن الزواج. وما ذلك إلا أن تتوقع من شخص آخر درجة من الإيثار مناقضة للعقل، حيث إن خسارة الشخص المُؤثِر أكبر بكثير من مكسب الشخص الأنانى. ففى كل تعاملاتك مع الآخرين، وخاصة القريبين منك والأعزاء عليك، من المهم وإن كان ليس دائمًا من السهل أن تتذكره، أن تدرك أنهم يرون الحياة من زاويتهم الخاصة وعلى النحو الذى يلمس ذاتهم وليس من منظورك أنت ولا على النحو الذى يؤثر فى ذاتك. فلا يجب أن تتوقع أن يفسد أى شخص المسارات الرئيسية لحياته من أجل فرد آخر. وفى أحيان خاصة قد توجد مشاعر قوية تجعل حتى من أعظم التضحيات أمرًا طبيعيًا، ولكن إذا كانت هذه التضحيات غير طبيعية فيجب عدم القيام بها ويجب ألا يلام أى شخص لعدم القيام بها. وكثيرًا ما يكون السلوك الذى يشكو منه الناس فى الآخرين ليس أكثر من رد الفعل الصحى للذات الطبيعية ضد الجشع المتشبث لشخص تتجاوز ذاته حدودها المناسبة.

## (١٥)

والمبدأ الرابع الـذى ذكرناه عبـارة عن إدراك أن الآخرين ينفـقون وقتًا أقل من التفكيـر فيك عما تنفقه أنت. والضـحية المجنونة بهوس الاضطهاد يتصور أن كل طرز البشر الذين لديهم فى الحقيقة مشاغلهم واهتماماتهم الخاصة، يدبرون فى الصباح والظهر والمساء كيف يسيئون إلى هذا المجنون التعيس. وبنفس الكيفية، فالضـحية العاقلة نسبيًا من ضحايا هوس الاضطهاد ترى فى كل أنواع الأفعال شـيئًا يخصها وهو ما لا يوجـد فى الواقع. هذه الفكرة تتـملق بالطبع غروره. فـإذا كان الشخص عظيمًا، بدرجة كافية، فـقد يكون ذلك صحيحًا، فقد كانت كل أفعال الحكومة البـريطانية لعديد من السنوات مهتمة أسـاسًا بإعاقة شخص واحد هو **نابليون**. ولكن عندما يتصـور شخص ليس له أية أهمية خاصة أن الآخرين يفكرون بصورة شخصية فيه، فهذا الشخص يكون فى طريقه إلى الجنون. فـأنت مثلا تلقى خطابًا فى حـفل عشاء عام وتظهر صور بعض المتـحدثين الآخرين اعتُبروا أكـثر أهمية ولكن يجب أن يكـون رؤسـاء تحـرير هذه الـصـحف قـد أعـطوا الأوامـر بتجاهلك. ولماذا يعطون هذه الأوامر؟ من الواضح أنهم يخافونك نظرًا لأهميـتك العظمى وبهذا الأسلـوب فإن إغفـال صورتك يتـحول من ازدراء إلى مجاملة رقيقة. ولكن خداع النفس على هذا النحو لا يمكن

أن يقـود إلى أى سعـادة متـماسكة. فـفى باطن عقلك سـتعـرف أن الحقائق هى النقيض من ذلك، ولكـى تخفى ذلك عن نفسك لأقصى درجة ممكنة يجب أن تخـترع الكثيـر والكثير من النظريات الوهمـية. والضغـوط التى تؤدى إليها محـاولة تصديق ذلك ستصـبح فى النهاية كبيـرة جدًا وحيث أنها تتضـمن أنك هدفًا لعداء واسع الانتشـار فإنها ستـحمى احترامك لـذاتك بإعطائها الإحسـاس المؤلم جدًا بأنك على خلاف مع العالم. ولا إشباع يقوم على خداع النفس يكون متماسكًا، ورغم ما قد تكون عليه الحـقيقة من سوء فمن الأفضل مواجـهتها مرة واحدة لتعتاد عليها ثم لتنطلق فى بناء حياتك على وفاق معها.

# الفصل التاسع

# الخوف من الرأى العام

## (١)

قليل جدًا من الناس يمكنهم أن يصبحوا سعداء إذا لم يوافق على طريقتهم فى الحياة ونظرتهم إلى العالم أولئك الذين تربطهم بهم صلات اجتماعية وعلى الأخص الذين يعيشون معهم. ومن مميزات المجتمعات الحديثة أنها منقسمة إلى مجموعات تختلف كثيراً فى أخلاقها ومعتقداتها. وكانت بداية هذا الوضع مع عهد الإصلاح أو ربما يجب القول مع عصر النهضة ثم نما بشدة بعد ذلك. فلقد كان هناك البروتستانت والكاثوليك الذين يختلفون ليس فى اللاهوت فقط ولكن فى كثير من الأمور العملية الأخرى. وكان هناك الأرستقراطيون الذين يسمحون بأنواع مختلفة من الأفعال التى لا يتحملها البروجوازيون. ثم جاء المتسامحون والمتحررون فكريًا الذين لم يعترفوا بواجبات الالتزام الدينى. وفى أيامنا الحالية، يوجد عبر القارة الأوربية بكاملها انقسام واضح بين الاشتراكيين وسواهم. والذى لا يشمل

السيـاسة فحـسب، ولكن كل أقسام الحـياة تقـريبًا. وفى الدول التى تتحدث الإنجليزية تكون الإنقـسامات أكثر تعددًا. فبـعض المجموعات تعجب بالفن وبعضها الآخر يعتـبره من عمل الشيطان، وخاصةً إذا ما كان حـديثًا. والولاء للامبراطورية يعـتبر الفـضيلة العظمى فى بعض المجموعات بينمـا يعد فى بعضها الآخر رذيلة وفى مجمـوعات غيرها محض غـباء. التـقليديون من الناس يعـتبرون الزنا مـن أبشع الجرائم ولكن قطاعـات عريضة من المجـتمع تعـده أمرا مـغتفـرًا إن لم يكن مسـتحـسنًا. والطلاق عند الكاثوليك مـحرم تمامًـا بينما مـعظم غـير الكاثوليك يقبلونه كحل ضرورى للخلافات الزوجية.

## (٢)

ونظرًا لكل هذه الاخـتـلافات فى وجـهـات النظر، فـقد يجـد الشخص الذى له مذاقات ومـعتقدات معينة، نفـسه منبوذًا وهو يعيش فى مجموعة مـعينة رغم أنه قد يقبل كإنسان عادى تمامًـا فى مجموعة أخرى، وكثير جدًا من التعـاسة وعلى الأخص بين الشباب تنشأ بهذه الطريقة. فالشاب أو الشابة يلتـقط بطريقة ما أفكارًا توجد فى الهواء، ولكنه يجد أن هذه الأفكار مـحرمة فى الوسط الذى يعـيش أو تعيش فيه. ومن السهل أن يبدو للشباب كما لو أن هذا الوسط الوحيد الذى يعرفونه يمثل العالم بأسره، ونادرًا ما يعتقدون أنه فى مكان آخر أو فى مجمـوعة أخرى قد تقبل هذه الأفكار كـأمور عادية بالنسبـة للعصر،

وهى التى لم يجرؤوا على الجهر بها خوفًا من أن يظن بهم أنهم شاذون تمامًا. وبالتالى فمع الجهل بالعالم يتم احتمال جزء كبير من البؤس غير الضرورى، أحيانًا خلال الشباب فقط وإن لم يكن من غير الشائع، عبر الحياة بكاملها. وهذا الانعزال ليس مصدرا للألم فحسب ولكنه يؤدى إلى تشتيت كبير للطاقة فى أفعال غير ضرورية للحفاظ على الاستقلال الفكرى ضد بيئة معادية بما يؤدى فى تسع وتسعين حالة من مئة إلى تهيب تتبع الأفكار إلى استنتاجاتها المنطقية.

## (٣)

والأخوات **برونت** لم يقابلن أناسًا لطفاء المعشر قط إلا بعد أن نُشرت كتبهن، ولم يؤثر ذلك فى **إميلى** والتى كانت بطولتها من النوع الفذ، ولكنه أثر فى **تشارلوت** بكل تأكيد حيث ظلت أفكارها دائمًا أفكارًا مريبة بالرغم من موهبتها، **وبلاك** كان مثل **إميلى برونت**، عاش فى عزلة فكرية شديدة ولكنه كان مثلها عظيمًا فى تخطى آثارها الضارة، حيث إنه لم يشك مطلقًا فى كونه على صواب، وناقديه على خطأ، وعبر عن سلوكه تجاه الرأى العام فى السطور التالية:

«الرجل الوحيد الذى عرفته على الإطلاق

والذى لم يجعلنى على وشك التقيؤ

هو فوسيلى، الذى كان تركيًا ويهوديًا معًا

وهكذا، يا صديقى المسيحى العزيز، كيف حالك؟ » .

ولكن كثيرين ليسوا على هذه الدرجة من القوة فى حياتهم الداخلية، فالبيئة المتعاطفة ضرورية لسعادة كل شخص تقريبًا. فبالنسبة للأغلبية، فبالطبع كانت البيئة التى حدث أو وجدوا أنفسهم فيها متعاطفة، فهم يتشربون بالتحيزات الشائعة فى شبابهم، ويؤقلمون أنفسهم غريزيًا على المعتقدات والعادات التى يجدونها حولها. ولكن للأقلية الضخمة التى تشتمل تقريبًا على كل من لديه مزايا فكرية أو فنية، يعد مثل هذا السلوك المذعن مستحيلاً، فالفرد الذى يولد فى مدينة ريفية صغيرة مثلاً، يجد نفسه منذ صباه الباكر محاطًا بالعداء لكل ما هو ضرورى للامتياز العقلى. فإذا أراد قراءة كتب جادة ينفر منها الأولاد الآخرون، ويقول له المدرسون إن مثل هذه الأعمال لا تدفع إلى الاستقرار. فإذا اهتم بالفنون، اعتقد رفاقه أنه لا يسلك سلوكًا رجوليًا، واعتقد الأكبر سنًا أنه عديم الأخلاق، فإذا ما رغب فى أية مهنة، مهما كانت محترمة، ولكنها غير شائعة فى الوسط الذى ينتمى إليه، يقال له إنه يعلى من قدر نفسه، وأن ما كان مناسبًا لأبيه يجب أن يكون مناسبًا له. وإذا ما أظهر أى ميل لنقد المفاهيم الدينية لأبويه أو انتمائهم السياسى فمن الأرجح أن يواجه متاعب خطيرة. لكل هذه الأسباب، تعد مرحلة البلوغ وقتًا للتعاسة العظيمة لمعظم الشباب من الجنسين الذين هم متميزون بصورة استثنائية. وربما كانت هذه المرحلة لغيرهم من الرفاق العاديين وقتا للمرح والاستمتاع ولكنهم

يطلبـون شيئًـا أكثـر جدية لا يجـدونه بين من هم أكبـر منهم سنًا أو معاصـريهم فى نفس الوسط الاجتماعى الذى أدت بـهم الصدفة لأن يولدوا فيه.

وعندما يلتحق هؤلاء الشباب بالجامعة ربما يكتشفون نفوسًا حسنة المعـشر وينعـمون ببـضع سنوات من السـعادة العظيـمة، وإذا كـانوا محظوظين، فربما نجحوا عند تركهم الجامعة فى الحصول على نوع من العمل لم يزل يعطيـهم إمكانية اختيار رفـاق لطاف، فالشخص الذكى الذى يعيش فى مدينة كبيرة مثل لندن أو نيويورك يمكنه بصفة عامة أن يجد مـجمـوعة ظريفـة لا يمارس وهو معـها أى نوع من التـحمل أو النفـاق ولكن إذا حتم عليـه عمله أن يعـيش فى مكان أصغـر وعلى الأخص إذا حتم عليـه عمله مراعاة احـترام الناس التقليديين كـما هو الحال مـثلا مع الطبيب أو المحـامى فقد يجـد نفسه عـبر حيـاته كلها مضطرًا لإخـفاء أذواقه ومـعتقـداته الحقيـقية عن مـعظم الناس الذين يقابلهم خـلال يومه. وهذا صحـيح بصفة خاصـة فى أمريكا نتيـجة الاتساع الكبـير لهـذه الدول. وفى أقل الأماكن احـتمالاً، شـمالاً أو جنوبًا، شرقًـا أو غربًا، يجد المرء أناسًـا وحيدين، يعرفـون من قراءة الكتب أن هناك أماكن لن يحـسوا فيها بالوحـدة، ولكن ليست لديهم فرصـة الحيـاة فى مثل هذه الأمـاكن وأن كل ما يجدونـه هو الفرص شديدة الندرة لمناقشة لطيفة، وفى مثل هذه الظروف يستحيل أن تكون هناك سعـادة حقيقيـة لمن كان بناؤهم أقل فى مجال عظـمته من بلاك

**وإميلى برونت**. فإذا كان ذلك ممكنًا، فلابد من إيجاد طريقة يمكن بها تقليل أو تجنب استبـداد الرأى العام ويمكن بواسطتها أن يلتـقى أعضاء الأقلية الذكية لينعموا بصحبة بعضهم البعض.

## (٤)

ويؤدى التهيـب غير الضرورى فى حالات عـديدة إلى أن تصبح المشكلة أسوأ مما يجب. فـالرأى العام يكون أكثـر طغيانًا فى مواجـهة الذين يرهبونــه عن الذين لا يبالون به، فالكلب يـشتد نبـاحه ويكون أكثـر استعدادًا لـلعقر عندما يـكون الناس خائفين منه عمـا لو عاملوه بازدراء. والقطيع الإنسانى له بعض هذه الخصائص، فإن أظهرت لهم أنك خائف منهم، فـإنك بذلك تعطيهم الأمل فى صيـد طيب، بينما إذا أظهــرت لهم اللامبـالاة فسـيبـدأون فى الشك فى قـوتهم وعندئذ يميلون لتـركك وشـأنك. وأنا بالطبع لا أفـكر فى الطرز المتطرفـة من التحدى. فإذا اعـتنقت فى كنزنجتون ببريطانيا الآراء التى تعـتبر عادية فى روسيـا أو اعتنقت فى روسيـا الآراء التى تعد عادية فى كنزنجـتون فيجب عليك أن تتحـمل النتائج. وأنا لا أفكر فى مثل هذه التطرفات ولكن فى الهفوات الأكثر اعتدالاً فى خروجها عن المعتاد، مثل الفشل فى ارتداء الملابس الصحيحة أو الانتـماء لنفس الكنيسة أو الامتناع عن قـراءة الكتب الذكيـة. مثـل هذه الهفـوات إذا ما مـورست بمرح ولا مبالاة، ليس بتـحد ولكن بتلقائية، فـسوف يتم تحملها حـتى فى أكثر

المجتمعات تقليدية. وتدريجيًا ربما يصبح من الممكن اكتساب وضعية المجذوب المرخص الذى يسمح له بفعل أشياء تعد بالنسبة لإنسان آخر أمورًا لا تغتفر. ويعد ذلك راجعًا بالدرجة الكبرى لنوع معين من الطبيعة الطيبة والمودة. فالناس التقليديون تدفع بهم مثل هذه الانحرافات عن المألوف إلى السخط؛ لأنهم يعدونها نقدًا موجهًا لهم وسوف يتسامحون عن مثل هذا الخروج فى الشخص المرح الودود بالدرجة التى تجعل حتى أشد الناس غباء يدرك بوضوح أنه ليس منشغلاً بنقدهم.

## (٥)

وهذه الطريقة للهروب من التوبيخ تعد رغم ذلك مستحيلة لكثير من الذين تحجب أذواقهم وآراؤهم تعاطف القطيع معهم. وافتقارهم للتعاطف يجعلهم غير مستريحين ويدفعهم إلى السلوك المشاكس حتى لو أمكنهم ظاهريًا الوفاق مع القطيع أو تجنب الموضوعات الشائكة. والذين لا ينسجمون مع تقاليد جماعاتهم يميلون لأن يكونوا شاذين وغير مستريحين ويفتقدون المزاج الطيب المتسع. ونفس هؤلاء الناس لو نقلوا إلى جماعة أخرى لا تعتبر آراءهم غريبة بينها فسوف يبدو كما لو كانوا قد غيروا شخصياتهم كلية. فمن كونهم جادين، خجولين ومنعزلين ربما يصبحون مرحين وواثقين من أنفسهم، ومن كونهم حادى الطبع قد يصبحون سلسين وسهلين ومن كونهم ذاتيين

قد يصبحون اجتماعيين وانتشاريين. فكلما كان ذلك ممكنًا، فعلى الشباب الذين يجدون أنفسهم غير منسجمين مع ما يحيط بهم أن يحاولوا عند اختيارهم لمهنة ما انتقاء مهنة تعطيهم الفرصة فى الرفقة خفيفة الظل حتى ولو أدى ذلك إلى خسارة كبيرة فى الدخل، وعادة ما لا يعرفون أن ذلك ممكنًا، حيث إن درايتهم بالعالم محدودة جدًا، وقد يتخيلوا بسهولة أن التحاملات التى أصبحوا معتادين عليها فى وطنهم منتشرة أيضا فى العالم على اتساعه. وفى هذا الخصوص يمكن للأكبر سنًا تقديم كثير من العون للشباب حيث إن الخبرة العميقة بالبشر تعد من الأمور المهمة.

## (٦)

فى أيام التحليل النفسى هذه، من المعتاد افتراض أنه عندما يكون شخصًا صغير السن غير منسجم مع بيئته فلابد وأن يكون السبب راجع إلى خلل نفسى. وفى اعتقادى أن ذلك خطأ بالكامل. افترض مثلاً أن شخصًا سغير السن له والدان يعتقدان أن نظرية التطور خبيثة. لا شئ سوى الذكاء يكون مطلوبًا فى مثل هذه الحالة لجعله غير منسجم معهم. فعدم الانسجام مع الوسط المحيط بالشخص يعد بالطبع كارثة ، ولكنها ليست دائمًا بالكارثة التى يجب اجتنابها مهما كان الثمن ، فإذا كان الوسط المحيط غبيًا غبيًا أو متحاملاً، أو قاسيًا، فسيكون من المزايا ألا ينسجم المرء معه، وتتواجد هذه الخصائص بدرجة ما فى كل وسط تقريبًا. **فجاليليو وكبلر** كان لهما «أفكار خطيرة» (كما يقال فى اليابان) وكذلك أيضًا أكثر الرجال ذكاءً فى

عصرنا هذا. وليس من المرغوب فيه أن تكون الحاسة الاجتماعية قوية النمو لدرجة أن تؤدى بمثل هؤلاء الرجال إلى الخوف من العداء الاجتماعى الذى قد تستفزه آراؤهم. فالمرغوب هو إيجاد الطرق التى تجعل لهذا العداء أبسط وأقل آثار ممكنة.

## (٧)

وأهم أجزاء هذه المشكلة يبرز فى عالمنا الحديث خلال فترة الشباب، فإذا استهل شخص حياته فى المهنة المناسبة وفى المحيط المناسب فسوف يستطيع فى معظم الأحوال الهروب من الاضطهاد الاجتماعى، ولكن لأنه لا يزال صغيراً ولم تُخْتَبر ميزاته بعد، فهو عرضة لأن يكون تحت رحمة أناس جهلة يعتبرون أنفسهم قادرين على الحكم فى أمور لا يعلمون عنها شيئًا ويثورون لمجرد اقتراح أن شخصًا صغيرًا ربما يكون أكثر منهم علمًا رغم كل خبرتهم بالعالم.

## (٨)

وكثير من الأشخاص الذين هربوا فى النهاية من طغيان الجهل مروا بمعركة شديدة ووقت طويل من الكبت لدرجة الإحساس بالمرارة وتبدد الطاقة، وهناك نظرية مريحة هى أن العبقرية ستجد دائمًا طريقها. ونظرًا لقوة هذه النظرية يعتبر كثير من الناس أن اضطهاد

المواهب الشابة لن يؤدى إلى ضرر كبير ولا يوجد أى مبرر لقبول هذه النظرية، فهى مثل نظرية أن القتل لابد وأن يظهر، فمن الواضح أن كل جرائم القتل التى علمنا بها قد اكتشفت ولكن من يعلم : كم من جرائم القتل وقعت ولم يسمع عنها أحد؟ وبنفس الكيفية، فكل الأشخاص العباقرة الذين سمعنا عنهم على الإطلاق قد انتصروا على الظروف المعاكسة ولكن لا يوجد مبرر لافتراض عدم وجود عدد آخر كبير استسلم فى الصغر. علاوة على ذلك، فالقضية ليست العبقرية فحسب ولكن الموهبة أيضًا والتى هى مهمة بنفس الدرجة للمجتمع. والقضية ليست فى أن تبرز بكيفية ما، ولكن فى أن تبرز دونما مرارة وتبدد للطاقة. لكل هذه الأسباب يجب عدم جعل الطريق أمام الشباب شديد الوعورة.

## (٩)

بينما من المرغوب فيه أن يعامل الكبير رغبات الصغير باحترام، فليس من المرغوب فيه أن يعامل الصغير رغبات الكبير باحترام، والسبب بسيط وهو أنه فى أى من الحالتين فإن حياة الصغير هى موضع الاهتمام وليست حياة الكبير. فعندما يحاول الصغير تنظيم حياة الكبير، مثلاً بالاعتراض على زواج والد أرمل فالخطأ هنا يعادل الخطأ الخاص بمحاولة الكبير تنظيم حياة الصغير، فالكبار والصغار سواء بسواء، ما أن يصلوا إلى سنوات الرشد فلهم الحق فى اختياراتهم

الخاصـة، ولو كان ضـروريًا، فى أخطائهم الخاصة أيـضًا. وليس من السداد أن يستسلم الشباب الصغـير لضغوط الكبار فى أى أمر حيوى. افتـرض مثـلاً أنك صغـير السن وترغب فى التـمثيل المـسرحى، وأن والديك يعارضان هذه الرغبة، سواء على أساس أن المسرح لا أخلاقى أو على أسـاس أنه منحط اجتـماعـيًا. ربما يمارسـون عليك كل أنواع الضغوط، فـربما أخبروك أنهم سينبـذونك إذا أهملت أوامرهم، وربما يقولون إنك سـوف تندم بالتأكيد بعـد قليل من السنوات، وربما ذكروا سلسلة كاملة من الأمـثلة الفظيعة لشـباب كانوا مندفعين فى عـمل ما تحاول عمله وانتهوا نهاية سيئة نتيجة لذلك.

## (١٠)

قد يكون الوالدان على حق فى التفكير فى أن المسرح ليس بالمهنة المناسبة لك، فربما لا توجد لديك موهبة التمثيل، أو ربما كان صوتك رديئًا. فـإذا كان الأمر كذلك فـسوف تكشف ذلك بسرعـة من رجال المسرح وسيكون الوقت أمـامك لا يزال كافيًا كى تنشـد مهنة أخرى، وجدل الأبوين لا يجب أن يكون سبـبًا كافيًا لاعتـزالك المحاولة. فإذا نفذت غرضك رغم كل ما يقولان، فسوف يلينان بسرعة وبسرعة أكبر فى الحقيقة عما يعتقـدان أو تعتقد. أما إذا وجدت أن رأى الخبراء غير مشجـع فسيكون ذلك أمرًا مـختلفًا لأن رأى الخبـراء يجب أن يعامل باحترام دائمًا من المبتدئين.

## (١١)

وأعتـقد أنه على وجه العمـوم، وبعيداً عن رأى الخبـراء، فهناك كثـير جـداً من الاحتـرام لآراء الآخرين سـواء فى الأمور الكبـيرة أو الصغيرة. والإنسان يجب عليه كقاعدة احترام الرأى العام فى حدود ما هو ضـرورى لتجنب الجـوع وللبقـاء خارج السـجن، ولكن أى شئ يتجـاوز ذلك يعد استـسلاماً طوعـياً لاستـبداد غيـر ضرورى، ومن الأرجح أن يتعارض ذلك مع السعادة بكل الطرق الممكنة.

## (١٢)

خذ مثلاً موضوع الإنفاق، فكثير جدا من الناس ينفقون المال فى طرق تختلف تماماً عن تلك التى تحتمهـا أذواقهم الطبيعية، لمجرد أنهم يحسون أن احـترام جيرانهم لـهم يعتمد على امـتلاكهم لسيـارة جيدة وعلى قدرتهم على إقامة حـفلات عشاء طيبة. وفى الحقـيقة، فإن أى إنسان بمقدوره شراء سـيارة ولكنه يفضل القيام بسفريات سـياحية، أو اقتناء مكتبة جيدة وسيكون فى النهاية محترماً بدرجة أكبر عما لو فعل مثل أى شخص آخر تماماً.

## (١٣)

ليس هناك بالطبع أى منطق فى تـعمد الاسـتهزاء بـالرأى العام، فسيظل ذلك أيضًا واقعًـا تحت سيطرته وإن كان بطريقة مقلوبة، ولكن اللامبـالاة - الصادقة - بالرأى العـام تعد مصـدر قوة وسعادة مـعًا. والجماعة المكونة من رجال ونساء لا ينحنون كثيرًا للأمور التقليدية تعد جماعة أكثر تشويقًا من جماعة يسلك كل أفرادها نفس السلوك.

## (١٤)

فحيثـما كانت شخصيـة كل فرد قد تكونت باستقلال، فـستبقى الفروق النوعية مـحفوظة، وإنه لمن الأفيد أن تقابل أناسًـا جدًا ليسوا مجـرد نسخ مطابقة للذين قـابلتهم فعـلاً. وتلك كانت إحـدى مزايا الارستقراطية، فيحثما كانت المكانة تعتمد على المولد فمن المسموح به أن يكون السلوك غـير منضـبط. ولقـد فقـدنا فى عالمنا الحـديث هذا المصدر للحـرية الاجتمـاعية، وبالتالى أصـبح مطلوبًا أن ندرك بوعى مخاطر التشابـه. أنا لا أعنى بذلك أن يكون الناس شاذين بقصدهم، لأن ذلك لن يكون مثيـرًا مثله كونهم تقليديين، مـا أعنيه فقط هو أن الناس يجب أن يكونوا طبيـعيين، ويجب عليهم اتباع ما تمـليه عليهم أذواقهم التلقائية ما لم تكن ضد المجتمع بصورة مؤكدة.

## (١٥)

وفى العالم الحـديث، ونظرًا لسرعة وسـائل النقل، أصبح الناس أقل اعتـمادًا على جيرانهم الأقـرب عما كانوا سـابقًا. والذين يملكون سيارات، يمكنهم اعـتبار أى شخص يعـيش على مسافة عشـرين ميلاً جارًا ولديهم بالتالى قدرة أكبر كثيرًا على اختيار رفاقهم عما كان عليه الحال قبلاً. وفى أى جيرة مـأهولة، سيكون الشخص سيئ الحظ جدًا إذا لم يستطع أن يجـد بشرًا يتوافق مـعهم فى مسـافة عشرين مـيلاً. وفكرة أن الشخص يجب أن يعرف جيرانه المباشرين اختفت فى المراكز السكانيـة الكبـيرة وإن كـانت لا تزال مـوجـودة فى المدن الصـغيـرة والأرياف. ولقـد أصبـحت فكرة غبـيـة حيث لم تعـد هناك حاجـة للاعتماد على الجـيران المباشرين فى المجتمع. ولقـد أصبح ممكنًا أكثر وأكثـر أن نختار رفـاقنا على أساس خـفة روحهم ولـيس على أساس مجرد قربـهم منها. والسعادة تتعاظم بالائتـلاف مع الأشخاص الذين لهم نفس أذواقنا وآرائنا، والعلاقـات الاجتماعـية يجب أن يكون من المتوقع أن تنمو أكثر وأكثر متوازية مع هذه المسارات ويجب أن نأمل أن تقل تدريجيًا بواسطة هذه الوسائل الوحدة التى تصيب الآن كثيرًا جدًا من الناس غير التقليديين إلى درجة الاختفاء تقريبًا. وسوف يزيد ذلك من سـعـادتهم بدون شك ولكنه سـيـقلل بالطـبع اللذة السـادية التى يستمدها التقليديون من وضع غير التقليديين تحت رحمتهم، ولا أعتقد أن هذه اللذة يجب علينا الاهتمام كثيرًا بالمحافظة عليها.

## (١٦)

الخوف من الرأى العام مثله مثل أى شكل من أشكال الخوف يعد قاهرًا ومُوقفًا للنمو، ومن الصعب الوصول إلى أية صورة من صور العظمة ما ظل هذا الشكل من الخوف قويًا كما يستحيل اكتساب حرية الروح والتى منها تتكون السعادة الحقيقية حيث إنه من الضرورى للسعادة أن تكون طريقتنا فى الحياة نابعة من دوافعنا العميقة وليس من المذاقات والرغبات العارضة لأولئك الذين حدث أن كانوا جيراننا أو حتى أقاربنا.

## (١٧)

والخوف من الجيران المباشرين بلا شك أقل كثيرًا مما كان قبلاً، لكن هناك طرازًا جديد من الخوف ألا وهو الخوف مما قد تقوله الصحف، ويعد ذلك مرعبًا بنفس درجة أى شئ يتصل باصطياد السحرة فى العصور الوسطى. فعندما تختار الصحيفة أحد الأشخاص المسالمين تمامًا لجعله كبش الفداء فربما أصبحت النتيجة مفزعة جدًا. ولحسن الحظ، يهرب معظم الناس من هذا المصير نتيجة أنهم غير مشهورين ولكن كلما أصبحت الدعاية أكثر كمالاً وأكثر تنوعًا فى أساليبها فسيكون هناك خطر متزايد لهذه الصورة الحديثة من صور الاضطهاد الاجتماعى. ويعد هذا أمرًا مؤلمًا جدًا عن أن يعامله الذى

يقع ضحية له بأنفة. ومهما اعتقد الناس فى المبدأ العظيم لحرية الصحافة، فأعتقد أنه يجب رسم الخط الفاصل بوضوح أكثر مما هو عليه عن طريق قانون التشهير وأن يتم منع أى شىء يجعل الحياة غير محتملة لأشخاص أبرياء حتى ولو فعلوا أو قالوا أشياء تؤدى إلى انخفاض شعبيتهم إذا ما نشرت بطريقة خبيثة. والعلاج الناجع لهذا الشر هو زيادة تسامح الجمهور. وأفضل الطرق لزيادة هذا التسامح هو مضاعفة عدد الأشخاص الذين يتمتعون بسعادة حقيقية لكى لا يكون مصدر سرورهم الرئيسى هو إنزال الألم بإخوانهم من البشر.

# الجزء الثانى

# مسببات السعادة

## الفصل العاشر

# ألا تزال السعادة ممكنة ؟

## (١)

كنا حتى الآن ننظر فى أمر الإنسان التعيس، ولدينا الآن المهمة الأكثر بهجة وهى النظر فى أمر الإنسان السعيد، فمن خلال مناقشاتى مع بعض أصدقائى ومن خلال كتبهم كدت أصل إلى استنتاج أن السعادة فى عالمنا الحديث أصبحت أمرًا مستحيلاً. وأجد رغم ذلك أن هذه النظرة تميل لأن تبدد بالتأمل الباطنى، وبالسفر للخارج وبالحوار مع البستانى الخاص بى. لقد تعرضت فى فصل سابق لتعاسة أصدقائى الأدباء، أما فى الفصل الحالى فأنا أرغب فى عمل حصر للناس السعداء الذين عرفتهم خلال فترة حياتى.

## (٢)

**السعادة نوعان** رغم أنه بالطبع توجد درجات وسطى، النوعان اللذان أقصدهما يمكن تمييزهما على أن أحدهما بسيط والآخر وهمى، أو أن أحدهما حيوانى والآخر روحانى ، أو أن أحدهما للقلب والآخر للرأس.

والتمييز الذى يتم اختياره من بين هذه البدائل يعتمد بالطبع على النظرية التى يراد إثباتها. وأنا فى هذه اللحظة غير مهتم بإثبات أية نظرية ولكنى مهتم فقط بأن أصف، ولعل أبسط طريق لوصف الفرق بين النوعين من السعادة هو القول بأن نوعًا منهما متاح لأى إنسان بينما النوع الآخر متاح للذين يمكنهم القراءة والكتابة فقط. فعندما كنت صبيًا عرفت رجل كان يتفجر سعادةً وكان عمله هو حفر الآبار، ولقد كان طويلاً جدًا وله عضلات غير معقولة، ولم يكن يستطيع القراءة أو الكتابة، وعندما سُمح له فى عام ١٨٨٥ بالإدلاء بصوته فى انتخابات البرلمان علم لأول مرة بوجود مثل هذه المؤسسات. لم تعتمد سعادته على مصادر فكرية، ولم ترتكز على الاعتقاد فى القانون الطبيعى، أو كمال الأنواع أو الملكية العامة للمنافع العامة أو الانتصار الحتمى للسبتيين أو لأىٍّ من الطوائف الأخرى، وهى الأمور التى يعتبرها المفكرون ضرورية لاستمتاعهم بالحياة، كانت سعادته تعتمد على القوة البدنية، والكفاية من العمل، وفى التغلب على العقبات غير المنيعة فى صورة صخرة.

كانت سعـادة البستانى من نفس هذا النوع، فقـد كان يشن حربًا فى فصل معين من فصول السنة على الأرانب التى يـتحدث عنها كما يتحدث مفتـشو اسكتلانديارد عن البلاشفة. فهو يعـتبرهم غامضين، مدبرين وشرسين، ومن رأيه أنه لا يمكن مواجهـتهم إلا بوسائل ماكرة تعدل مكرهم.

وكأبطـال فالهالا الذيـن يقضون كل يـوم فى صيد ذكـر الخنزير البرى ويقتلونه فى المساء ولكنه يعود للحياة مرة أخرى - بمعجزة - فى صباح اليـوم التالى. يذبح البستانى عـدوه يومًا دون أن يخشى من أن يختفى هذا العدو فى اليوم التـالى، ورغم قد تجاوز السبعين بمراحل، فقد كـان يعمل طوال اليوم ويقود دراجتـه فى المساء لمسافة ستـة عشر ميـلاً من التلال ذهابًا وعودة إلى عملـه ولم ينضب معين مرحه فـقد كانت الأرانب توفره له دائمًا.

## (٣)

ستقول إن هذه المتع البسيطة غير متـاحة لبشر رفيعى القدر مثلنا، فأية فـرحة قد نحـسها عندمـا نشن حربًا على مـخلوقات تافهـة مثل الأرانب؟ ولكن هذا الجدل بالنسبـة لى يعد ضعيفًـا. فالأرنب أضخم كثيراً من البكتريا العضوية المسببة للحمى الصفراء، ولكن شخصًا رفيع القدر قـد يجد سعـادة فى محـاربة هذه البكتريا، والمتع المـاثلة تمامًا لتلك الخاصـة بالبستانى فـيما يتعلق بمحـتواها العاطفى متـاحة لمعظم

الناس المتعلمين تعليمًا راقيًا، والفرق الذى أحـدثه التعليم ينحصر فيما يختص بالأنشطة التى يمكن عن طريقها الحصول على هذه المتع.

فمتع الإنجاز تتطلب صعوبات تجـعل النجاح يبدو فى البداية أمرًا مشكوكًا فيه رغم أنه عـادة ما يتم الوصول إليه فى النهاية، ولعل هذا هو الـسـبب الرئيسى فى ألا يكون التـقدير المبـالغ فيـه لقدرات الـفرد مصـدرًا للسعـادة. فالشـخص الذى يقلل من تقديـره لنفسه يـدهشه النجاح دائمًا بينما الشخص الذى يبـالغ فى تقدير نفسه يندهش بنفس القدر مـن الفشل، الطراز الأول من الدهشـة ممتع بينما الطراز الـثانى فغـير ممتع؛ لذا فـمن الحكمة ألا يكون المرء مـغرورًا بلا مبـرر ولكنه يجب ألا يكون مسرفًا فى تواضعه لدرجة ألا يكون مقدامًا.

## (٤)

أكثر القطاعات المتعلمة تعليمًا راقـيًا فى المجتمع إحساسًا بالسعادة هم رجـال العلم. فكثـير من رجـال العلم البـارزين بسطاء عـاطفيًـا ويحصلون من عملهم على إشباع يكون عمـيقًا لدرجة أنهم يستطيعون أن يجـدوا مـتـعة فى الـطعام وحـتى فى الـزواج. والفنانون والأدباء يعتبرون أنه من المؤكد ألا يكونوا سعداء فى زواجهم بينما رجال العلم فعـادة ما يظلوا قـادرين على الاستمـتاع بنعـمة الحيـاة العائليـة قديمة الطراز. والسبب فى ذلك يرجع إلى الانشغـال التام للأجزاء العليا من ذكائهم بعملهم وأنها لا تتدخل فى مناطق ليـس لها فيها وظائف تقوم

بهـا. وهم سعـداء فى عملهم لأن العلم فى العـالم الحديث تقـدمى وقوى، وهم لا يشكُّون فى أهمـيته ولا العامة يشكُّـون. وبالتالى فلا حـاجة بـهم للعواطـف المعقـدة لأن العـواطف الأبسط لا تواجـه أية معوقات، والتعقيد فى الـعواطف كالزبد على صفحة النهر، ينتج عن العـوائق التى توقف التـيارات المتـدفقـة بنعـومة، ولكن طالما كـانت الطاقات الحـيوية غير مـعاقة، فإنهـا لا تنتج تموجات على اسطح ولا تكون قوتها واضحة لمن لا يلاحظها.

## (٥)

وتتحقق كل شروط السعـادة فى حياة رجل العلم، فلديه النشاط الذى يستغل طاقاته بكاملها، ويصل إلى نتائج تبدو مهمة ليس له فقط ولكن للجمهور العام حتى لو لـم يتمكن من فهمها بأدنى درجة، وهو فى ذلك يعد أكـثر حظًا من الفنان، فـعندما لا يفـهم أفراد الجمـهور لوحة أو قصـيدة، يقررون أنها لوحـة أو قصيدة رديئـة، أما عندما لا يفهمون النظرية النسبية فـإنهم يستنتجون (صوابًا) أن تعليمهم لم يكن كافيًا، ولذلك كان **أينشتين** مكرمًا بينما ترك أفـضل الرسامين للموت جوعًـا على أسطح المنازل، وكان **إينشـتين** سعـيدًا بينـما الرسـامون تعساء.

## (٦)

وقليل جدًا من الناس يمكنهم أن يصبحوا سعداء بصورة طبيعية في حياة تشتمل على الإثبات المستمر للذات في مواجهة ارتياب جموع البشر، ما لم يكن في قدرتهم حصر أنفسهم في إطار شلة معينة ونسيان العالم الخارجي البارد. ورجل العلم ليس بحاجة إلى شلة حيث يرى الجميع فيه رأيًا طيبًا ما عدا زملائه. وعلى النقيض من ذلك، يجد الفنان نفسه في الموقف المؤلم الذي يحتم عليه الاختيار بين أن يكون ممتهنًا أو أن يكون محتقرًا. فإذا كانت قدراته من الطراز الممتاز فمن المؤكد أنه سيجلب على نفسه إحدى هاتين النكبتين، الأولى إذا استخدم قدراته، والأخيرة إذا لم يستخدمها. ولكن الحال لم يكن كذلك دائمًا وفي كل مكان، فقد كانت هناك أزمان كان فيها الانطباع عن الفنانين الجيدين طيبًا حتى وهم صغار. **فجوليوس الثاني** رغم أنه ربما أساء معاملة **مايكل أنجلو**، لم يفترض مطلقًا أنه غير قادر على رسم اللوحات، والمليونير الحديث رغم أنه قد يغدق بالثروة على الفنانين كبار السن بعد أن يكونوا قد فقدوا قدراتهم، لا يتخيل مطلقًا أن أعمالهم تعد بنفس أهمية عمله. ولعل مثل هذه الظروف على علاقة بحقيقة أن الفنانين هم في المتوسط أقل سعادة من رجال العلم.

## (٧)

أعتقد أنه يجب التسليم بأن أكثر الشباب ذكاءً فى الدول الغربية يميلون لمعاناة طراز التعاسة الذى يؤدى إليه عدم التوظيف المناسب لأفضل مواهبهم، والحال ليس كذلك فى الدول الشرقية. فالشباب الأذكياء فى يومنا هذا ربما كانوا أكثر سعادة فى روسيا عنهم فى أى مكان آخر من العالم. فلديهم هناك عالم جديد ليخلقوه، وإيمانا متحمس سيتم هذا الخلق وفقًا له. فقد تم إعدام كبار السن، أو تجويعهم حتى الموت، أو نفيهم أو تطهيرهم بكيفية ما، بحيث لا يستطيعون إجبار الشباب على الاختيار بين العمل الضار واللاعمل كما يحدث فى كل دولة غربية. وقد تبدو عقيدة الشاب الروسى فجة فى نظر الغربيين المتحذلقين، ولكن ما الذى يمكن قوله ضدها؟ هو يخلق عالمًا جديدًا، والعالم الجديد متفق مع ذوقه، وعند خلق العالم الجديد، فمن المؤكد تقريبًا أن يصبح الإنسان الروسى العادى أسعد حالاً عما كان قبل الثورة. قد لا يكون المفكر الغربى المتحذلق سعيدًا فى مثل هذا العالم ولكن ليس عليه أن يعيش فيه. وبالتالى فعقيدة روسيا الشابة لها مبرراتها وفقًا لأى اختبار عملى، وإدانتها على أساس أنها فجة لا يمكن تبريرها إلا على أسس نظرية.

## (٨)

فى الهند والصين واليابان تتعارض الظروف الخارجية ذات الطبيعة السياسية مع سعادة الشبــاب المثقف وإن لم توجد عقبات داخلية على غرار تلك الموجودة فى الغرب، فهناك أنشطة تبدو مهمة للشباب وطالما كانت هذه الأنشطة ناجــحة، كان الشبــاب سعيدًا، فهم يــشعرون بأن لهم دورًا مهمًــا يلعبونه فى الحياة العامــة وأن الأهداف التى ينشدونها ليس من المستحيل تحقيقها رغم صعوبتها. واللامبالاة التى يجدها المرء شائعة بين أرقى المتــعلمين تعليمًا عاليًا من شبــاب الرجال والنساء فى الغرب تنتج عن تــوفيقه بــين الراحة والعجــز، فالعجــز يجعل الناس يحسون بأن لا شئ يستحق العــمل، والراحة تجعل ألم هذا الإحساس يمكن تحمله بالكاد. فعبر الشــرق كله، يستطيع طالب الجامعة أن يأمل فى أن يكون له تأثير أكبر على الرأى العــام عما يمكنه أن يحصل عليه فى الغرب الحديث، ولكن تقل فرصتــه جدًا عما فى الغرب فى تأمين دخل كاف. ولأنه ليس بعــاجز أو مســتريح، يصبح مــصلحًا أو ثوريًا وليس لا مباليًا. فسعادة المصلح أو الثورى تعتمد على مسار الأحداث العامة ، ولكن ربما يستمتع بسعادة حقــيقية - حتى عند إعدامه - عما يتوافر للامــبالى المستريح. وأنا أتذكــر شابًا صينيًا جــاء لزيارة مدرستى وكان ذاهبًا إلى وطنه لإنشاء مدرسة مماثلة فى جزء رجعى من الصين، وكان يتوقع أن تكون النتــيجة هى قطع رقبته، ورغم ذلك كــان يتمتع بسعادة أحسست تجاهها بالحسد.

## (٩)

أنا لا أرغب فى القـول أن مـثل هذا الـطراز المحلق عـاليًـا من السعـادة هو المستطاع فقط، فهـذا الطراز متاح للأقلية فـحسب، لأنه يتطلب نوعًا من القدرة واتساع الاهتـمامات لا يمكن أن يكون شديدى الشيـوع. وليس العلماء الأفـذاذ فقط هم الذين يسـتمدون المتـعة من العمل، ولا رجال الدولة القياديين فقـط هم الذين يستمدون المتعة من دفاعهم عن قـضية ما. فمـتعة العمل مـتاحة لكل فرد يستطـيع تنمية مهارة متـخصصة بشرط أن يستطيع الحصـول على الإشباع من ممارسة مهارته دون الرغبة فى الحصول على الاستحسان العام.

## (١٠)

لقد عرفت رجلاً فقد القدرة على استعمال قدميه فى شبابه المبكر ولكنه ظل سعـيداً سعادة صافـية عبر حـياته الطويلة ووصل إلى ذلك بكتابة عمل يقع فى خمسـة أجزاء عن مرض لفحة الورد، وعرفت أنه كان الخبيـر الأول فيه. ولم يكن لى متعة التعرف على أى عـدد كبير من علمـاء الأصـداف ولكنى علمت من أولئك الذين يعـرفـونهم أن دراسة الأصـداف توفر الرضا للذين ينشـغلون بها. عرفت مـرة رجلاً كان أفضل جـامع لأحرف الطباعة فى العالـم، وكان ينشده كل الذين وهبوا أنفـسهم لاخـتراع أشكال فنيـة وكان يستـقى سعـادته بالدرجة

الكبرى ليس من الاحترام الخالص الذى يحسه تجاهه أشخاص لا يولون احترامهم بسهولة لأحد عما كان يستقيه من السرور الطبيعى عند ممارسته لصنعته، وهذا السرور ليس ببعيد عن الذى يحصل عليه الراقص الجيد من الرقص.

وعرفت أيضًا جامعى أحرف طباعة كانوا خبراء فى تكوين أشكال رياضية، أو نقوش نسطورية أو الخط المسمارى (الآشورى) أو أى شئ غير مألوف وصعب ، ولم اكتشف ما إذا كانت الحياة الخاصة لهؤلاء الرجال سعيدة أم لا، ولكن خلال ساعات عملهم كانت غريزة البناء عندهم مكتملة الإشباع.

## (١١)

ومن المعتاد القول إن مدى متعة الصانع فى أدائه للعمل المهارى أصبح أقل فى عصر الآلة الحالى عما كان عليه قبلاً. ولست على يقين مطلقًا من أن ذلك صحيحًا. فمن الصحيح أن العامل الماهر يعمل حاليًا فى أمور تختلف تمامًا عن تلك التى كانت تستأثر باهتمام الحرفيين فى الصعور الوسطى، ولكن الصانع الماهر لا يزال يعد مهمًا جدًا وضروريًا للغاية فى اقتصاد الآلة، فهناك الذين يصنعون الأجهزة العلمية والآلات الدقيقة، وهناك المصممون وفنيو الطائرات وسائقو السيارات الخاصة، وأولئك المضيفون لآخرين ومهنتهم هى تطوير المهارة لأى مدى تقريبًا. فالعامل الزراعى والفلاح فى المجتمعات

البدائية نسبيًا لا تقترب سعادتهم من سعادة من يعمل سائقًا لسيارة أو قائدًا لآلة، فى حدود ما أمكننى ملاحظته شخصيًا. فصحيح أن علم الفلاح الذى يزرع أرضه الخاصة متباين، فهو يحرث ويزرع ويحصد ولكنه واقع تحت رحمة الطبيعة ومدرك تمامًا لاعتماده عليها بينما الذى يعمل فى الميكانيكيات الحديثة يدرك قوته ويكتسب الإحساس بأن الإنسان هو السيد وليس عبدًا لقوى الطبيعة.

وصحيح بالطبع أن العمل غير مشوّق بدرجة كبيرة لقطاع عريض من ذوى العقول الآلية الذين يكررون بعض العمليات الميكانيكية مرات ومرات بأدنى تنوع ممكن، ولكن كلما زاد عدم تشويق العمل حدة، كلما زادت إمكانية أن يوكل أداؤه إلى الآلة. والهدف النهائى للإنتاج الآلى والذى من الصحيح أننا لا زلنا حتى الآن بعيدين جدًا عنه هو الوصول إلى نظام يتم فيه عمل كل شئ غير مشوق بواسطة الآلات بينما يتم استبقاء الإنسان للأعمال التى تشتمل على التنوع والإبدع. وفى مثل هذا العالم سيكون العمل أقل إضجارًا وأقل كآبة عما كان عليه منذ وقت دخول الزراعة. فعندما بدأ البشر الزراعة قرروا الاستسلام للرتابة والضجر لكى يقللوا مخاطر الموت جوعًا. فعندما كان الإنسان يحصل على طعامه بالصيد، كان العمل ممتعًا، كما يلاحظ من حقيقة أن الأثرياء لا يزالون ينشدون هذه الحرفة السلفية من أجل التسلية. ولكن بدخول الزراعة، دخل البشر إلى مرحلة طويلة من الدناءة والبؤس والجنون ولم يتخلصوا منها إلا الآن نتيجة الأداء الخير للآلة.

وقد يكون طيبًا جداً أن يتحـدث العاطفيون عن الاتصال بالأرض وعن الحكمة الناضجة لفلاحى **توماس هاردى** الفلاسفة، ولكن الرغبة الوحيدة لكل شاب صغير فى الريف هو أن يجد عملاً فى المدن حيث يكون فى استطاعته الهرب من استـعباد الريح والطقس وعزلة أمسيات الشـتاء المظلمـة إلى المناخ الإنسانى الموثوق فـيه للمـصنع والسينـما. فالزمالة والتعاون عنصران ضـروريان لسعادة الإنسان العادى والحصول عليهما فى الصناعة يكون أكثر كمالاً بكثير عنه فى الزراعة.

## (١٢)

ويعد الإيمان بقـضيـة ما من مصـادر السعادة لأعـداء كبـيرة من الناس. أنا لا أفكر فقـبط فى الثوريين أو الاشتـراكيين أو الوطنيين فى الدول المقهـورة ومن على شاكلـتهم ولكنى أفكر أيضًـا فى كثـير من المعتـقدات الأقل تواضـعًا. فمن عـرفت من الناس الذين يؤمنون بأن الإنجليز هم القبائل العشر التائهة كانوا جميعًا تقريبًا سعداء بينما كانت سعادة الذين يعتقـدون أن الإنجليز هم قبيلتا **إفرايم ومناسح** فقط، لا تعرف حدوداً. وأنا لا أقترح أن يتبنى القارئ هذه العقيدة حيث إنى لا يمكن أن أحبذ أية سعادة قائمة على ما أرى أنها عقائد زائفة. ولنفس السبب لا يمكنـنى أن أدفع بالقارئ إلى الاعتـقاد بأن البـشر يجب أن يعيـشوا كلية على الجـوز رغم أنه فى حدود ملاحظاتى فـإن مثل هذه المعتقدات تكفل دائمًا السعـادة الكاملة. ولكن من السهل إيجاد قضية

ليست وهمية بأى درجة وتتوافر لدى المهتمين بمثل هذه القضية اهتمامًا حقيـقيًا وظيفـة يؤدونها فى أوقات فراغـهم وترياقًا كاملاً لـلإحساس بخواء الحياة.

## (١٣)

والاستغراق فى هواية ما ليس بالأمر البعيد جداً عن الولاء لقضية غامضة، فأحد أبرز علماء الرياضيات الأحياء يقسم وقته بالتساوى بين الرياضيات وجمع الطوابع. وأتصور أن المهمة الأخيرة توفر له السلوى فى الأوقات التى لا يستطـيع فيها إحراز أى تقـدم فى المهمة الأولى، فصعـوبة إثبات الفروض فى نظرية الأعداد ليـست هى الأسى الوحيد الذى مكن لجمع الطوابع علاجه، ولا الطوابع هى أشياء الوحيدة التى يمكن جمعهـا. فلتنظر إلى النشوة العميقة المتاحـة للخيال عندما يفكر المرء فى الخزف القـديم، علب النشوق، العـملات الرومـانية، رءوس السهام، والأدوات الحجرية. وصحيح أن كثيرين منا متعالون جداً عن مثل هذه المتع الـبسيطة، فكلنا جـربناها فى صبـانا، ولكننا اعتـبرناها لسبب ما غير جدير بالرجل الناضج، وهذا خطأ واضح، فأية متعة لا تؤدى إلى أى ضرر للغير يجب تقديرها.

## (١٤)

وبالنسبـة لى، فأنا أجمع الأنهـار: فأنا استـشعر المتـعة من أننى أبحرت عبـر نهر الفولجا وتتبعت مـسار نهر اليانج وأتحسر كـثيرًا على

أننى لم أشاهد نهر الأمازون أو الأوينوكو. فمهما كانت هذه العواطف بسيطة فأنا غير خجلان منها. أو فلتنظر إلى السرور الحماسى لأحد هواة البيسبول، فهو ينقلب إلى جريدته بشغف ويوفر له الراديو الإثارة الشديدة لمشاعره، وأن أذكر مقابلتى لأول مرة لأحد أدباء المقدمة بأمريكا والذى اعتقدت من كتبه أنه مفعم بالاكتئاب، ولكن حدث فى تلك اللحظات أن كانت نتائج مباريات البيسبول الحاسمة تذاع فى الراديو، فنسينى الرجل وصوخ بفرحة لأن فريقه المفضل أحرز النصر، ومنذ تلك الحادثة أصبحت قادرًا على قراءة كتبه دون أن أحس بالاكتئاب نتيجة سوء طباعة.

## (١٥)

وليست التقليعات والهوايات - فى كثير ، وربما أغلب الحالات- مصدرًا للسعادة الأصلية، وإنما وسائل للهروب من الواقع والنسيان - للحظات - لبعض الألم الذى تصعب مواجهته . أما السعادة الأصيلة فتعتمد أكثر من أى شيء آخر على ما يسمى بالاهتمام الودّى بالأشخاص وبالأشياء.

فالاهتمام الودى بالأشخاص شكل من أشكال المحبة ولكنه ليس بالشكل المتشبث والمستحوذ والذى يتطلب دائمًا الاستجابة الملفتة. فهذا الشكل الأخير كثيراً جدًا ما يكون مصدرا للتعاسة. أما الطراز الذى يؤدى إلى السعادة، فهو الطراز الذى يحب مراقبة الناس ويجد المتعة

فى تتبع صفاتهم الفردية، ويرغب فى توفير مجال لاهتمامات وسرور أولئك الذين يصبح على علاقة بهم دونما أن يطلب اكتساب سلطة عليهم أو تحقيق إعجابهم الحماسى به. فالشخص الذى يكون سلوكه تجاه الآخرين من هذا النوع بصورة طبيعية سوف يكون مصدراً للسعادة ومستقبلاً للرقة المتبادلة ، وعلاقاته بالآخرين سواء كانت سطحية أو قوية، فإنها سترضى كلاً من اهتماماته ومشاعره، فلن يحس بالمرارة من الجحود، لأنه نادرًا ما يعانيه ولن يلاحظه عند حدوثه، وستكون الأمزجة التى من الممكن أن تثير أعصاب رجل آخر إلى درجة الحنق، بالنسبة له مصدرًا للدهشة الهادئة، وسوف يصل دونما مجهود إلى نتائج يجدها شخص آخر بعد كفاح طويل غير ممكنة. فلأنه سعيد فى نفسه فسيكون رفيقًا ممتعًا وسيزيد ذلك بالتالى من سعادته. ولكن يجب أن يكون كل ذلك طبيعيًا وألا ينبثق من فكرة التضحية بالذات التى يحتمها الإحساس بالواجب. فالإحساس بالواجب يكون مفيدًا فى العمل ولكنه يكون عدائيًا فى العلاقات الشخصية. فالناس يرغبون فى أن يكونوا محبوبين وليسوا محتملين باستسلام صبور، وربما كان حبُّ كثير من الناس - تلقائيًا وبدون مجهود - أعظم مصادر السعادة الشخصية.

## (١٦)

ولقد تكلمت فى الفقرة الأخيرة على ما أسميته بالاهتمام الودى بالأشياء. وقد تبدو هذه الجملة مصطنعة، فقد يقال : إنه من المستحيل

أن تحس بالود تجاه الأشـياء. ومع ذلك فهناك شيء شـبيه بالمحـبة فى نوع الشغف الذى يبديـه الجيولوجى فى الصخور، أو عـالم الحفريات فى الخرائب. هذا الشـغف يجب أن يكون عنصرًا رئيسـيًا فى سلوكنا تجاه الأفـراد أو المجتمـعات، فمن الممكــن أن يكون شغفك بالأشـياء عـدائيًا وليس وديًا. فـقد يجـمع شـخص ما حـقائق تتـعلق بمواطن العنكبوت لأنــه يكره العنكبوت ويود أن يعيش فــى المكان الذى يوجد فيه القــليل منه. هذا الطراز من الاهتمام لن يوفر نفــس الاشباع الذى يحـصل عليه الچـيولوچى مـن الصخـور. فالشـغف بالأشيـاء غيـر الشخـصية رغم أنه قد يكون أقل قـيمة كمكون من مكونات الــسعادة اليومية عن السلوك الودى تجـاه رفاقنا من المخلوقات إلا أنه رغم ذلك مهم جـدًا. فالعــالم واسع وقدراتنا الذاتية مـحدودة، فـإذا كانت كل سعــادتنا مرتبطة كلية بظروفنا الشـخصية فـمن الصعب ألا نطلب من الحياة أكثر مما لديها لتـعطيه. وأن تطلب الكثير جدًا هو الطريق المؤكد لحصولك على أقــل من المتاح، فالفرد الذى يمكنه نسـيان الأمور التى تقلقه عن طريق الشغف الأصيل فى مجلس ترنت مثلاً أو تاريخ حياة النجوم، سيجد عند العودة من رحلته إلى العالم غير الشخصى أنه قد اكتــسب توازنًا وهدوءًا يمكنانه من التعــامل مع الأمور المقلقــة بأفضل طريقة، وسيكون فى نفس الوقت قـد جرب سعادة حقيـقية حتى وإن كانت وقتية.

## (١٧)

**سر السعادة** هو الآتى: اجعل اهتماماتك واسعة قدر الإمكان، واجعل ردود أفعالك ودودة لا عدائية بأقصى درجة ممكنة تجاه الأشياء والأشخاص الذين يهمونك/

وسوف نوسع من هذا الحصر المبدئى لإمكانية السعادة فى الفصول التالية مصحوبًا باقتراحات للطرق التى يمكن بها الهروب من المصادر النفسية للتعاسة.

# الفصل الحادى عشر

# التلذذ

## (١)

أود فى هذا الفصل أن أتعرض لما يبدو لى من أكثر علامات الإنسان السعيد وضوحًا وعمومية ألا وهو التلذذ. لعل أفضل طريقة لفهم ما هو المقصود بالتلذذ، النظر إلى الطرق المختلفة لسلوك البشر عند تناولهم لوجبة طعام. فهناك من تعد الوجبة بالنسبة إليهم أمرًا مضجرا، فمهما كان الطعام ممتازًا يحسون أنه غير مشوق، فقد سبق أن تناولوا طعامًا ممتازًا من قبل، ربما فى كل وجبة تناولوها ولم يجربوا معنى أن يظلوا بلا طعام إلى أن يصبح الجوع إحساسًا مُمّضًا. ولكنهم وصلوا إلى اعتبار وجبات الطعام أحداثًا تقليدية تمليها عادات المجتمع الذى يعيشون فيه. وككل أمر آخر، تعد الوجبات أمرًا مملاً، ولكن لا جدوى من إثارة ضجة حول ذلك، حيث لا شىء آخر سيكون أقل إضجارًا. وهناك المقعدون الذين يأكلون من منطلق الإحساس بالواجب، لأن الطبيب أخبرهم بضرورة الحصول على القليل من

القـوت كى يحتـفظوا بقـوتهم. وهناك الأبيـقوريون، الذين يبـدءون الوجبة مستبشرين، ولكنهم لا يجدون أن شـيئًا قد تم طهوه جيدًا كما ينبغى. ثم هناك الشـرهون الذين ينكبون على طعامهم بـجشع شديد ويأكلون كثـيرًا جدًا فـيصبـحوا بُدَناء مشـخرين. وأخـيرًا هناك الذين يبدءون طعامهم بشـهية عظيمة ويكونون مسـرورين بطعامهم ويأكلون إلى أن يحصلوا على كفايتهم فيتـوقفون، والذين يجلسون أمام وليمة الحياة لديهم سلوكيات مشابهة تجاه الأشياء الطيبة التى توفرها.

## (٢)

الإنسـان السـعيـد يناظر الطـراز الأخيـر من الآكلين السـابق استـعراضهم، والجـوع بالنسبـة للطعام يماثله التلذذ بالنسـبة للحـياة. فالرجل الذى تضجره وجباته، يناظر ضحية التعاسة البيرونية، والمقعد الذى يأكل من منطلق إحساسـه بالواجب يناظر الزاهد، والشره يناظر الشهوانى. أما الأبيقورى فنظير للقنوط الذى يستنكر نصف متع الحياة لأنها ليـست بديعة بالدرجة الكافيـة، ومن الغريب أن كل هذه الطرز ربما باستـثناء الشره يحتـقرون الإنسان ذا الشـهية الصحـية ويعتـبرون أنفسهم أرفع منه قدرًا. فاستمتاعك بالطعام لأنك جائع يبدو لهم أمرًا سوقيًا وكذلك استمتاعك بالحـياة لأنها توفر عديدًا من المشاهد المشوقة المتنوعة والمذاقـات المدهشة، ومن عليـاء زوال وهمهم ينظرون بازدراء إلى أولئك الذين يحتقـرونهم على أنهم نفوس وضيعـة. بالنسبة لى،

فأنا غير متعاطف بالمرة مع هذه النظرة، فكل زوال للمتعة هو مرض بالنسبة لى، قد تجعله بعض الظروف حتميًا ولكنه رغم ذلك يجب أن يعالج عند حدوثه بالسرعة الممكنة، لا أن يتم التعامل معه على أنه صورة رفيعة من الحكمة.

## (٣)

لنفرض أن شخصًا يحب الفراولة وآخر لا يحبها، فبأى منطق يكون الأخير أرفع قدرًا؟ ليس هناك تنظير أو دليل على أن الفراولة طيبة أو غير طيبة، فهى للشخص الذى يحبها طيبة ولمن لا يحبها غير طيبة، لكن لدى الشخص الذى يحبها سرورًا لا يحسه الذى لا يحبها. وإلى هذا المدى تكون حياته أكثر إمتاعًا، ويكون أكثر تلاؤمًا مع العالم الذى يجب على الاثنين معًا أن يعيشا فيه. وما يصدق على هذا الأمر التافه يصدق أيضًا على الأمور الأكثر أهمية، فالشخص الذى يستمتع بمشاهدة كرة القدم هو إلى هذا الحد يفوق الإنسان الذى لا يفعل ، والشخص الذى يستمتع بالقراءة يفوق الذى لا يفعل ، حيث إن فرص القراءة أكثر توفرًا من فرص مشاهدة كرة القدم. فكلما كثرت الأمور التى يهتم بها الشخص كلما كثرت فرص كونه سعيدًا وقلَّت فرص كونه تحت رحمة الحياة، لأنه إذا فقد أمرًا يمكنه الاهتمام بآخر، فالحياة أقصر من أن يتوافر بها الاهتمام بكل شىء ولكنه من الخير أن نهتم بأمور كثيرة بالدرجة التى تمليها الضرورة لملء أوقاتنا.

فنحن ميالون بطبيعتنا إلى مرض الأنطوائى الذى ينقلب بعيدًا عن المشاهد المتنوعة التى ينشرها العالم أمامه إلى التأمل فى خواء داخله فحسب، ولكن علينا ألا نتصور أن هناك أى شئ عظيم فى تعاسة الانطوائى.

## (٤)

لقد كان هناك - فى زمن ما - آلتان لصنع السجق، صنعتا بروعة لتحويل الخنازير إلى ألذ سجق. إحدى الآلتين احتفظت بتلذذها بالخنازير وأنتجت الكثير جدًا من السجق، ولكن الأخرى قالت «ما الخنزير بالنسبة لى؟ إن عملى أهم بكثير وأكثر روعة عن أى خنزير» ورفضت الخنزير وعكفت على دراسة محتواها الداخلى. وعندما فقدت طعامها الطبيعى توقف داخلها عن العمل وكلما زادت دراستها لداخلها كلما بدا لها أكثر خواءً وغباءً، ووصلت كل الأجهزة الرائعة التى تتم عن طريقها عملية التحول اللذيذة إلى مرحلة التوقف التام وأصبحت الآلة فى حيرة من تحديد ما يمكنها عمله. هذه الآلة الثانية من آلات السجق تشبه الرجل الذى فقد قدرته على التلذذ، بينما الآلة الأولى فتشبه الرجل الذى احتفظ بها. العقل آلة غريبة يمكنها جمع المواد المقدمة إليها بطرق مدهشة جدًا، ولكنه يقف عاجزًا إذا لم تأته مواد من العالم الخارجى ويختلف عن آلة السجق فى أنه يجب عليه الحصول على مواده الخاصة بنفسه حيث إن الأحداث تصبح خبرات

فقط عبـر الاهتمام الذى تبديه بهـا، فإذا لم تثر فينا الاهتـمام فإننا لا نحصل على شئ منها، فالشخص إذن الذى يوجه اهتماماته إلى داخله لا يجد شـيئًا جديرًا بالملاحظة بينمـا من يوجه اهتمامـاته إلى الخارج يمكنه أن يجد فـى الداخل فى تلك اللحظات النادرة التى يختـبر فيـها نفسه أكثر التشكيلات تنوعًا من المكونات التى تم تقطيعها وتجميعها فى شكل جميل وبنّاء.

## (٥)

وأشكال التلذذ لا يمكن حصـرها، فقد نتـذكر أن **شرلوك هولمز** التقط قبعة وجدها ملقـاة فى الطريق وبعد النظر إليها للحظة أشار إلى أن صاحبها قد تدهور به الحال فى الدنيا نتيجة شربه الخمر وأن زوجته لم تعد مغرمة به كما اعتادت أن تكون. ولا يمكن أن تكون الحياة مملة لشـخص توفر له الأشـياء العـارضة ثروة من الاهتـمامـات. فكر فى الأشيـاء المختلفة الـتى يمكن ملاحظتهـا فى جولة ريفـية. فقـد يهتم شخص بالطيور وآخر بالنباتات وثالث فى جيولوچية المنطقة ورابع فى الزراعـة وهكذا. وأى من هذه الأشـيـاء يكون مـشـوقًـا إذا مـا أثار اهتمامك. وبفرض بقاء باقى الأشيـاء متساوية، فالشخص الذى يكون مهتمًا بأى منها هو شخص أفضل تلاؤمًا مع العالم من الشخص الذى لا يهتم.

## (٦)

ما أشد تباين سلوكيات الناس تجاه رفـاقهم من البشر بشكل غير عادى. فقد يفشل شخص مـا تمامًا عبر رحلة قطار طويلة فى ملاحظة رفاقه من المسافرين، بينما يكون شـخص آخر قد جمع وحلل طباعهم وقام بعـمل تخمينى ثاقب عن ظـروفهم، وربما حتى يكتـشف معظم التاريخ الخفى لعدد منهم، فالناس يختلفون بنفس الدرجة فيما يحسون به تجاه الآخرين وفـيما يستخلصونه عنهم، فـبعض الناس يجدون كل شخص تقـريبًا مملاً، بينما البـعض الآخر يُنشئ - بسرعة وسـهولة - مشاعر صداقة فى اتجـاه أولئك الذين تجمعهم بهم أية صلة ما لم يكن هناك سبب محدد للإحساس بالعكس.

## (٧)

ولنأخذ موضوع السفر مرة أخرى فى الاعتبار، فبعض الأشخاص يسافـرون عبر عـديد من الدول، فيـذهبون دائمًا إلى أحـسن الفنادق ويأكلون نفـس الطعـام الذى يتنـاولونه فى الوطن، ويقـابلون نفس الأغنياء العـاطلين الذين قد يقابلونهم فى الوطن ويتناقـشون فى نفس الموضوعـات التى يتحـاورون فيـها على مـائدة الغذاء الخاصـة بهم. وعندما يعودون يكون إحـساسهم الوحيد هو الارتيـاح من انتهاء ملل التنقل المكلـف . وبعض الناس أينمـا ذهبـوا شاهـدوا ما يعـد مميـزًا

للمنطقة، يتعرفون على الناس الممثلين لخصائص سكان المنطقة ويلاحظون ما يمكن أن يكون مهمًا تاريخيًا أو اجتماعيًا، ويأكلون الطعام المميز للدولة التى يزورونها ويتعلمون سلوكياتها ولغتها ويعودون إلى الوطن بذخيرة جديدة من الأفكار الممتعة ليستعيدونها فى أمسيات الشتاء.

## (٨)

فى كل هذه المواقف المختلفة يكون للشخص الذى لدية متعه التلذذ ميزة على الشخص الذى لا يملكها. فحتى التجارب غير السارة قد تكون نافعة له، فأنا سعيد لأنى شممت جمهرة من الصينيين وشممت قرية بصقلية رغم أننى لا أستطيع ادعاء أن سعادتى كانت كبيرة جدًا فى تلك اللحظات. والأشخاص المغامرون يستمتعون بحطام السفن، حركات العصيان، الزلازال،الحرائق، وكل طرز التجارب غير السارة طالما لم تصل إلى حد إتلاف الصحة. فهم يقولون لأنفسهم فى أحد الزلازل ، مثلاً : «هكذا إذن يكون الزلزال»، ويسرهم أن يتسع إدراكهم للعالم بهذا العنصر.

وقد لا يكون صحيحًا القول بأن مثل هؤلاء الناس ليسوا تحت رحمة القدر، حيث إنهم إذا فقدوا صحتهم فمن المرجح جدًا أن يفقدوا قدرتهم على التلذذ فى نفس الوقت رغم أن ذلك ليس مؤكدًا بأية حال، فقد عرفت أشخاصًا ماتوا بعد سنوات من العذاب البطىء

ولكنهم احتفظوا بقـدرتهم على التلذذ حتى آخر لحظة تقريبًـا. فبعض طرز اعتلال الصـحة قد تدمر القدرة على التلذذ، وبعضـها لا يفعل، وأنا لا أعرف مـا إذا كان علمـاء الكيميـاء الحيويـة قد أصبـحوا الآن قادرين على التـفرقة بين هذه الطرز. ربما عندمـا يتقدم علم الكيمـياء الحيـوية أكثر سنتـمكن من أخذ أقراص توفـر لمشاعرنا الاهتـمام بكل شيء، ولكن حـتى يجيء ذلك اليوم فنحن مـضطرون إلى الاعتـماد على ملاحظات الحس المشـترك للحيـاة كى نحكم على المسبـبات التى تمكّن بعض الأشـخاص من الاهتمـام بكل شئ بينما تضـطر الآخرين إلى عدم الاهتمام بأى شىء.

## (٩)

وأحيانا مـا يكون التلذذ عامًّا، وأحيـانًا أخرى متخصـصًا، وقد يكون شديد التخصص حقًّا. فالذين قرأوا **بورو** قد يتذكرون شخصية ظهرت فى رواية **رومانى راى**، فقـد فَقَـدَ زوجتـه التى كان شـديد الإخلاص لهـا وأحس لفتـرة أن الحياة أصـبحت جرداء تمـامًا. ولكنه أصبح مهتمًا بالنقوش الصـينية على أباريق وصناديق الشاى، ومستعينًا بالنحو الفرنسى- الصـينى بعد أن تعلم الفرنسيـة لهذا الغرض، تمكن تدريجيًا من فك طلاسمها واكتسب بذلك شغفًا جديدًا بالحياة رغم أنه لم يستعمل معرفته بالصينية مطلقًا فى أى أغراض أخرى. ولقد عرفت أشخاصًـا استغرقـتهم بالكامل محـاولتهم التعرف الهـرطقة اللاإدارية وآخرين كـان شغلهم الرئيسى يكمن فى مـراجعة الأصول والطبـعات

الأولى لـ هوبز. من المستحيل تمامًا التخمين مقدمًا بما سيثير اهتمام إنسان، ولكن معظم الناس بمقدورهم الاهتمام بشدة بشئ أو بآخر، وما أن يستثار اهتمامهم حتى تصبح حياتهم خالية من الضجر.

## (١٠)

الاهتمامات شديدة التخصص تعد مصدرًا أقل إشباعًا للسعادة على التلذذ العام بالحياة، حيث أنها تملأ بالكاد الوقت الكامل لفرد ما، ودائمًا يوجد خطر أن يأتى الوقت الذى يعرف فيه الشخص كل ما يمكن معرفته عن الأمر الخاص الذى أصبح هوايته.

ويجب تذكر أنه من بين الطرز المختلفة بالوليمة كان الشخص الشَّره والذى لم نكن على استعداد لمدحه. وقد يعتقد القارئ أن الشخص الذى لديه القدرة على التلذذ والذى كنا نمتدحه لا يختلف بأية طريقة محددة عن الإنسان الشره. وقد حان وقت جعل التفرقة بين الطرازين أكثر تحديدًا.

## (١١)

فالقدماء كما يعرف الجميع اعتبروا الاعتدال إحدى الفضائل الأساسية، وتحت تأثير الرومانتيكية والثورة الفرنسية هجر الكثيرون هذه النظرة، وانصب الإعجاب على التقدير المبالغ فيه للعواطف حتى

ولو كانت من الطراز المدمر والمضاد للمجتمع كما فى حالة أبطال **لورد بيرون**. من الواضح أن القدماء كانوا رغم ذلك فى الطريق الصحيح. ففى الحيـاة الطيبة يجب أن يكون هناك توازن بين مـختلف الأنشطة، فـلا يجب القيـام بأحـدها إلى الدرجة التـى تجعل الأنشطة الأخـرى مسـتحيلة. فـالشره يضحى بكـل المتع الأخرى من أجل متـعة الأكل وبفعله هذا يقلل من السـعادة الكلية فى حيـاته، وكثير من الـشهوات الأخرى بجانب الأكل قد تمارس بتطرف مماثل.

فالإمبراطورة **جوزفين** كانت شـرهة فيما يتـعلق بالملابس. كان **نابليون** فى البداية يدفع فواتير الحائك، رغـم تزايد معارضته الدائمة، وأخيراً أخبـرها أنها يجب أن تتعلم الاعتدال وأنه فى المستـقبل سيدفع الفواتير إذا كانت مبالغها تبـدو معقولة. وعندما جاءت فاتورة الحائك التالية، استبدت بها الحـيرة الشديدة للحظات ولكنها فى الحال أعدت لنفسها مخططاً: ذهبت إلى وزير الحرب وطلبت منه دفع فاتورتها من الأموال المخـصصة للحـرب، ولأنه كان يعلم أنهـا تملك القدرة على فصله، قـام بالدفع وفقدت فـرنسا **جنوا** نتيـجة ذلك. هذا مـا تقوله بعض الكتب على الأقل رغم أنى غـير مسـتعد للوقـوف شاهداً على مدى صحة هذه القصة. ولكن بالنسـبه لغرضنا يستوى فى الكفاءة أن تكون هذه القصة صـحيحة أو مبـالغ فيها، حيـث إنها تكف لإيضاح المدى الذى قـد تدفع إلية شـهـوة الملابس بامرأة كـان لديهـا فرصـة الاندماج فيها.

ومدمنو الخمر والمصابون بالإفراط فى الشبق الجنسى أمثلة واضحة لنفس الشىء. فكل مذاقاتنا ورغباتنا يجب أن يتم توفيقها فى الإطار العام للحياة. فإذا ما كانت ستصبح مصدرًا للسعادة فيجب أن تتوافق مع الصحة وأن تكون مصحوبة بالود لمن تحب وبالاحترام للمجتمع الذى نعيش فيه. فبعض الشهوات يمكن الانغماس فيها إلى أى مدى تقريبًا دون تجاوز الحدود بينما البعض الآخر لا يمكن معه ذلك. فالشخص الذي يحب الشطرنج مثلاً، إذا حدث أن كان عَزَبًا ولديه دخل مستقل، ليس بحاجة إلى أن يحد من شهوته بأية درجة بينما إذا كان لديه زوجة وأبناء وليس لديه دخل مستقل، فسيكون عليه أن يحد منها بشدة. ومدمن الخمر والشَّره للطعام، حتى إذا لم يكن لهما أى روابط اجتماعية، يعدان غير راشدين من وجهة نظر احترَام الذات، لأن هذا الانغماس يتعارض مع الصحة ويؤدى إلى ساعات من البؤس مقابل دقائق من السرور. فهناك أمور معينة تشكل إطارًا يجب أن تعيش بداخله أى شهوة مفردة إذا لم تكن ستصبح مصدرًا للبؤس. هذه الأشياء هى الصحة، والامتلاك الكامل لقدرات الذات، وداخل كاف للإنفاق على الضروريات والواجبات الاجتماعية شديدة الأهمية كتلك الخاصة بالزوجة والأبناء.

## (١٢)

فالشخص الذى يضحى بهذه الأشياء من أجل الشطرنج يكون بالضرورة سيئًا بنفس درجة مدمن الخمر، والسبب الوحيد فى عدم

إدانتنا له بشدة هو أنه أقل شيوعًا بدرجة كبيرة، وأن الشخص الذى من المحتمل أن ينغمس تمامًا فى مثل هذه اللعبة العقلية لابد وأن تكون له قدرات نادرة بدرجة ما. وتغطى الوصفة الإغريقية للاعتدال كل هذه الحالات، فالشخص الذى يحب الشطرنج لدرجة أنه يتطلع عبر يوم عمله إلى المباراة التى سيلعبها فى المساء يعد محظوظًا. ولكن الشخص الذى يترك عمله لكى يلعب الشطرنج طوال اليوم يكون قد فقد فضيلة الاعتدال. فمن المسجل أن **تولستوى** فى أيام صباه وعدم الإنتاج الأدبى، مُنح جائزة الصليب العسكرى لشجاعته فى الميدان ولكن عندما حان وقت تقليده الجائزة كان منشغلاً بمباراة فى الشطرنج لدرجة جعلته يقرر عدم الذهاب، ولا نستطيع أن نجد عيبًا فى **تولستوى** بهذا الخصوص، حيث إنه ربما كان لا مباليًا بفوزه بوسام عسكرى أم لا، ولكن بالنسبة لرجال أقل منه شأنًا ربما يعد مثل هذا السلوك حماقة.

## (١٣)

وكتحديد للمبدأ الذى تم وضعه الآن، يجب التسليم بأن بعض الأعمال تعد شديدة النبل لكى يتم تبرير التضحية بكل شىء آخر من أجلها، فالإنسان الذى يفقد حياته فى الدفاع عن وطنه لا يلام إذا ترك زوجته وأبناءه مفلسين. والشخص الذى ينشغل فى تجارب يأمل منها الوصول إلى اكتشاف علمى عظيم أو إلى اختراعٍ، لا يلام على الفقد

الذى أرغم أسرته على تحمله شريطة أن تتوج فى النهاية بالنجاح. أما إذا لم ينجح مطلقًا فى الوصول إلى الاكتشاف أو الاختراع اللّذَين حاول القيام بهما، فالرأى العام سيدينه على أساس أنه مهووس والذى يبدو ظلمًا لأنه لا يمكن لأحد أن يتأكد من نجاحه مسبقًا فى مثل هذه الأعمال. خلال الألف عام الأولى من العصر المسيحى كان الشخص الذى يهجر عائلته من أجل الحياة المقدسة يُمْتَدَح رغم أنه فى أيامنا الحالية سيؤخذ عليه واجبه فى أن يؤمن لأفراد عائلته حياتهم.

## (١٤)

أعتقد أن هناك فرقًا نفسيًا عميقًا دائمٌ بين الإنسان الشره والإنسان ذى الشهية الصحية، فالشخص الذى تتطرف فيه إحدى الرغبات على حساب كل الرغبات الأخرى عادة ما يكون شخصًا ذا مشكلة عميقة يبحث عن مهرب من شبح. ففى حالة مدمن الخمر يكون ذلك واضحًا: فالناس تشرب لتنسى، فإذا لم يكن لديهم أشباح فى حياتهم لما وجدوا السُكر أكثر إرضاء من الصحو. وكما قال الرجل الصينى الأسطورى: «أنا لا أشرب الخمر للخمر، أنا أشرب الخمر لأسكر». ويميز ذلك كل الشراهات المتطرفة أحادية الاتجاه، فليست السعادة فى الشىء الذى يتم اللجوء إليه دائمًا فى النسيان. وهناك رغم ذلك فرق كبير جدًا بين اللجوء إلى النسيان بطريقة المخمور أو بإعمال القدرات التى تعد مرغوبة فى ذاتها. فصديق بورو الذى علّم نفسه اللغة

الصينيــة لكى يصبح قادرًا على تحــمُّل فَقْدِ زوجتــه كان ينشد النســيان ولكنه لجأ إليه بممارســة نشاط ليس له اثار ضارة، ولكنه على العكس أدى إلى تحسين ذكائــه ومعرفته. ولا يمكن قـول أى شىء ضد أشكال الهروب الــتى هى من هذا الطراز. ولكن الأمر على نقـيض ذلك مع الشخص الذى ينشــد النسيان بشـرب الخمر أو بالمقامـرة أو بأية صورة أخرى من صور الإثارة عديمة الجدوى. صحيح أن هناك حالات تقف على الحــافـة، فمــاذا نقـول عن الشــخص الذى يجــازف بجنون فى الطائرات أو على قمم الجبال لأن الحياة أصــبحت مملة بالنسبة له؟ فإذا كانت مــجازفاته تخــدم أى غرض عام فـقد نعجــب بها وإن لم تكن فيجب أن نضعه فوق المقامرة والسكير بدرجة طفيفة.

## (١٥)

التلذذ الطبيــعى ليس هو الطراز الذى يعد فى الحــقيقة بحــثًا عن النسيــان، بل هو جزء من التكوين الطبيــعى للبشر مــا لم يكن قد تم تدميره نتيجة لظروف سيئة، فالأطفال الصغار يهتمون بكل شىء يرونه أو يسمــعونه، فالعالم ملىء بالمفــاجآت بالنسبــة لهم، وهم منشغلون دائمًا وبحماسة فى طلب المعرفة، ليست بالطبع المعرفة المدرسية ولكن الطراز الذى يتكون من التــآلف مع الأشيــاء التى تستــرعى انتبــاههم. والحيوانات حتى عندما تكون بالغة تحــتفظ بقدرتها على التلذذ شريطة أن تكون بصحة جيدة، فالقطعة فى غرفة غير مألوفة لها لن تهدأ حتى

تتشمم كل ركن فيها لربما وجـدت رائحة فأر فى مكان ما، والشخص الذى لم يتم إحباطه قط بشكل جوهرى سوف يحتـفظ بشغفه الطبيعى بالعالم الخـارجى، وطالما احتفظ به فـسيجد الحـياة ممتعـة ما لم تكن حريته قد انتـقصت بلا مبرر. وفقدان القـدرة على التلذذ فى المجتمع المتمدين يعود بدرجـة كبيرة جداً إلى تقييـد الحرية والذى يعد ضرورياً لطريقتنا فى الحياة. فالمتوحش يصـيد عندما يكون جائعاً ، وبفعله هذا يطيع باعثاً مـباشراً، والشخص الذى يذهب إلى عـمله كل صباح فى ساعة محددة يحثه نفس الباعث وهو الحاجة إلى تأمين معيشته، ولكن فى حالته لا يعمل الباعث بطريقـة مباشرة وفى نفس اللحظة التى يتم فيهـا الإحساس به، فهـو يعمل بطريقة غير مـباشرة عبـر التجريدات والمعتقـدات والخيارات. ولحظة أن يتجه الشـخص إلى عمله لا يكون شاعراً بالجوع لأنه يكون قد انتهى فى التو من إفطاره. هو يعرف فقط أن الجـوع سوف يعـود وأن ذهابه إلى عمـله هو الطريق لإشبـاع هذا الجوع المستقبلى.

البواعث غير منتظمة بينما العادات فى المجـتمعات المتمدينة فلابد لها أن تكون منتظمة. وبين المـتوحشين تكون الأعمال الجمـاعية - فى حدود وجودها - تلقـائية ومندفعة. فعندما تذهب قـبيلة إلى الحرب، توقظ طبلةُ الحربِ الحماسَ الحربى وتلهم إثارةُ القطيع كل فرد بالنشاط الضرورى. ولا يمكـن إدارة الأعمال الحـديثة بهـذه الطريقة. فـعندما يتحتم أن ينطلق القطار فى لحظة معينة يكون من المستحيل أن يتم حث

البوابـين وسائقى القاطـرة ورجل الإشارات بالموسـيقا البـربرية. فكل منهم يجب أن يؤدى عمله لأنه ببساطة يجب أن يؤدًّى، فيمكن القول بأن باعثهم غـير مباشر: فليس لديهم بـاعث تجاه هذا النشاط، ولكن تجاه الفائدة النهائية للنشاط.

ويعتور الكثـير جدًا من الحيـاة الاجتماعيـة هذا النقص، فالناس يتحدثون مع بعـضهم البعض ليس للرغبة فـى فعل ذلك ولكن لفائدة نهائية وهى مـا يأملون الحصول عليه من التـعاون. ففى كل لحظة من الحياة يحيط بـالإنسان المتمدين محددات لدوافـعه. فإذا حدث وأحس بالسـرور فيجـب ألا يغنى أو يرقص فى الطريق، بينمـا إذا حدث أن أحس بالحزن ألا يجلس فـى البهو باكـيًا حتى لا يعـيق أقدام المارين. ففى صـباه تكون حريتـه مقيدة فى المدرسـة وفى حياته البـالغة تكون مقيدة خـلال ساعات العمل. ويجعل كل ذلك الاحتـفاظ بمتعة التلذذ أمرًا صـعبًا، فالتـقييد المسـتمر يميل لإحداث الإجـهاد والملل. ورغم ذلك، فمن المستحـيل أن يوجد مجتمع متمدين دون درجـة كبيرة من التقيـيد للدوافع التلقائية، حيث إن الدوافع التلقـائية سوف تؤدى إلى أبسط صور التعـاون الاجتماعى فحسب، وليست الـطرز المعقدة جدًا التى يتطلبهـا التنظيم الاقتـصادى الحديث. ولكى يمكن الارتفـاع فوق هذه العقـبات التى تواجه القـدرة على التلذذ يحتاج المرء إلى الصـحة والطاقة فائقـة التوافر أو بدلاً من ذلك إذا كان جـيد الحظ، إلى عمل يجده مثـيرًا فى ذاته. فالصحـة كما توضح الإحصاءات اسـتمرت فى

التحسن فى كل الدول المتـمدينة خلال المئة سنة الماضـية ولكن الطاقة فهى أصعب فى قياسهـا، وأنا لا أشك فى أن القوة البدنية فى أوقات الصحة هى على نفس الدرجة العظيمة التى كانت عليها مثلاً.

والمشكلة هنا هى إلى حد كبـير اجتماعية، وأنا لا أود مناقـشتها فى هذا الكتـاب الحالى. ولكن للمـشكلة رغم ذلك جـوانب نفسـية ناقشناها بالفعل عندما تعرضنا لمناقشة الإعياء، فبعض الناس يحتفظون بقدرتهم علـى التلذذ بالرغم من معوقـات الحياة المـتدينة، وكثـير من الأشخاص يفعلون ذلك إذا لم تكن بهم تناقضات نفسية داخلية يضيع عليها جزء كبير من الطـاقة. فالتلذذ يتطلب طاقة أكبر من التى تكفى للعمل الضرورى وهـذا بدوره يتطلب أن تعمل الآلة النفسيـة بنعومة. ولسـوف أتحدث عن المسـببـات التى تزيد من نعـومة هذا العـمل فى فصول لاحقة.

## (١٦)

بالنسبـة للنساء، فـقد تقلصت لديهن القدرة علـى التلذذ بدرجة كبيرة جدًا نتيجة القصور الخاطىء لمعنى الوقار، رغم أن هذا يعد حاليًا أقل كثيـرًا عن ذى قبل، فقد كان يعـتقد أنه من غير المرغـوب فيه أن تُظْهر النسـاء أى اهتمام واضح بالرجال أو أن يُظهرن الـكثير من المرح فى الأماكن العـامة. وعندما يتعلمن ألا يبـدين اهتمامًا بالرجـال فهن يتعلمن عـادة ألا يبدين اهتمـامًا بشىء أو على أية حـال بشىء سوى

طراز معين من السلوك الصحيح. وتعليم السلوك الخاص بعدم النشاط والانسحاب من مواجهة الحياة من الواضح أنه تعليمُ أمرٍ شديد التعارض مع التلذذ، وتشجيعٌ لطراز معين من الانغماس فى الذات الذى يميز النساء شديدات الوقار خاصة إذا كن غير متعلمات. فليس لديهن الاهتمام بالرياضة الذى يبديه الإنسان المتوسط، ولا تعنيهن السياسة فى قليل أو كثير ويتميز سلوكهن تجاه الرجال بالترفع المتكلف وتجاه النساء بالعداء المستتر الذى يقوم على الاعتقاد بأن الأخريات أقل منهن وقارًا. ويتباهين بأنهن يحتفظن بأنفسهن لأنفسهن أى أن افتقارهن إلى الاهتمام برفاقهن من المخلوقات يظهر لهن فى ضياء الفضيلة، لهذا بالطبع لا يجب لومهن، فهن يتقبلن فقط التعاليم الأخلاقية التى استمرت آلاف السنين فيما يتعلق بالنساء. وهن ضحايا - يستوجبن الرثاء - لنظام من القهر لم يدركن مدى ظلمه. فلمثل هاته النساء يبدو كل ما ليس بكريم طيبًا وكل ما هو كريم شرًا. ففى محيط مجتمعهم الخاص يفعلن كل ما بوسعهن لقتل السرور، وفى السياسة يعشقن التشريعات القمعية.

لحسن الحظ يصبح هذا الطراز من النساء أقل شيوعًا باستمرار وإن كان لا يزال أكثر انتشارًا عما يعتقد أولئك الذين يعيشون فى أوساط متحررة. وأنا أوصى أى شخص يشك فى صحة هذه الجملة أن يأخذ جولة فى عدد من البيوت المعروضة للإيجار للبحث عن مأوى، وأن

يلاحظ مالكات هذه البيوت اللائى سيقابلهن خلال بحثه؛ سيجد أنهن يعشن معتقدات فى امتياز الإناث ، وهو ما يشتمل كمكون رئيسى على تدمير كل تلذذ بالحياة، وسيجد أن عقولهن وقلوبهن قد تقزمت وتوقفت عن النمو نتيجة لذلك. والإدراك الأصح هو ألا فرق هناك بين امتياز الذكور وامتياز الإناث، أو على أية حال لا يوجد فرق على النحو الذى تقرره التقاليد، فالتلذذ هو سر السعادة وطيب العيش للرجال والنساء.

# الفصل الثانى عشر

# الحُب

## (١)

أحد المسببات الرئيسية لانعدام القدرة على التلذذ هو إحساس المرء بأنه غير محبوب بينما على العكس يزيد إحساس المرء بأنه محبوب من قدرته على التلذذ أكثر من أى شئ آخر، وقد يكون لدى المرء الإحساس بأنه غير محبوب لأسباب عدة. فقد يعتقد فى نفسه أنه شخص فظيع لا يمكن لأحد أن يحبه، وربما كان عليه فى طفولته أن يعود نفسه على استقبال حب أقل من ذلك الذى يقع من نصيب غيره من الأطفال، أو ربما كان فى الحقيقة شخص لا يحبه أحد. ولكن حتى فى هذه الحالة الأخيرة ربما كان السبب يكمن فى الافتقار إلى الثقة بالنفس والذى يرجع إلى سوء الحظ المبكر. الشخص الذى يحس بأنه غير محبوب قد يقوم بسلوكيات متباينة نتيجة هذا الإحساس. فقد يقوم بجهود مستميتة للفوز بالحب، ربما بواسطة أعمال غير عادية من الإحسان، ومن المرجح جداً ألا يكون ناجحاً فى ذلك حيث إن دوافع

الإحسـان يستـشعرهـا بسهولة أولئك الـذين هم هدف له، والطبيـعة الإنسانية مبنية بكيفية تجعلها أكثر استعدادًا لمنح الحب لمن هم أقل طلبًا له. فالشخص الذى يسعى لشراء الحب بالأعمـال الخَيِّرة تتبدد أوهامه عندما يعـرف مدى عـقوق البشـر، ولا يدور بخلده على الإطلاق أن الحب الذى يحاول شـراءه أكبر كثـيرًا فى قيمـته عن المنافع المادية التى يقدمها ثمنًا له. رغم ذلك فإن إحساسه بأن الأمر كذلك يشكل أساس سلوكياته .

وشخص آخر عندما يدرك أنه غير مـحبوب قد ينشد الانتقال من العالم سواء بإثارة الحروب أو الثورات أو بـقلم يغمسه فى مداد المرارة مثلمـا فعل الأديب **دين سويفت**. ويعد ذلك رد فـعل بطولى لسوء الحظ يتطلب قوة فى الشخـصية تكون كافية لأن يضع الشـخص نفسه ضد العالم بأسره. وقليل من الأشخاص يمكنهم الوصول إلى مثل هذه الذُّرى، أمـا الأغلب الأعم من كل من الرجال والنسـاء، إذا أحسـوا أنهم غيـر محبـوبين فإنهم يغـرقون فى يأس مذعـن لا تخففـه سوى الومضات العـارضة من الحسد والحقـد. وكقاعدة، تصبح حـياة مثل هؤلاء الناس شـديدة التـمركـز حـول الذات ويعطيـهم غيـاب الحب إحساسًا بعدم الأمان يحاولون غريزيًا أن يهربوا منه بالسماح للعادة أن تسيد حـياتهم تمامًا، فالذين يجعلون من أنفسـهم عبيدًا للروتين الذى لا يتـغيـر يحثـهم بصـفة عـامة الخـوف من العـالم الخارجى البـارد والإحساس بأنهم لن يصطدموا به إذا ما ساروا على نفس النهج الذى ساروا عليه فى الأيام السابقة.

## (٢)

الذين يواجهون الحياة بإحساس الأمان هم أسعد من أولئك الذين يواجهونها بإحساس عدم الأمان، طالما كان إحساسهم بالأمان لا يؤدى بهم إلى كارثة. وفى كثير جداً من الحالات، وليس جميعها، قد يساعد الإحساس بالأمان الشخص على الهرب من الأخطار التى قد يستسلم لها غيره. فإذا كنت تسير فوق خندق على لوح ضيق، فمن المرجح جداً أن تسقط إذا أحسست بالخوف عما لو لم تفعل، فالرجل الذى لا يخاف قد تقابله بالطبع كارثة مفاجئة، ولكنه من الأرجح أن يمر بلا خدوش عبر كثير من المواقف من المواقف الصعبة التى تؤدى بالجبان إلى سوء المصير، وهذا النوع المفيد من الثقة بالنفس له بالطبع صور لا يمكن حصرها. فأحد الأشخاص يكون واثقاً من نفسه فى الجبال، وآخر فى البحر، وثالث فى الهواء. ولكن الثقة فى النفس فى مواجهة الحياة عامة تتأتى أكثر من أى شىء آخر من اعتياد استقبال النوع الصحيح من الحب بالقدر الذى يكون المرء بحاجة إليه، وهذه العادة من عادات العقل والتى تعتبر مصدراً للتلذذ هى ما أرغب فى الحديث عنه فى الفصل الحالى.

## (٣)

إن ما يسبب هذا الإحساس بالأمان هو الحب الذى يتم استقباله لا الذى يتم منحه، رغم أنه ينشأ أكثر من أى شىء آخر من الحب

الذى يكون متبادلاً. وعلى وجه التحديد، ليس للحب وحده هذا التأثير، ولكن الإعجاب أيضًا، فالناس الذين يكون شغلهم الشاغل هو تحقيق الإعجاب العام مثل الممثلين والوعاظ والخطباء والسياسيين يصلون إلى أن يصبحوا أكثر وأكثر اعتمادًا على الثناء. فعندما يحصلون على مكافآتهم المستحقة من الاستحسان العام تمتلىء حياتهم بالتلذذ وعندما لا يحصلون عليها يصبحون ساخطين وذاتيين. والنوايا الطيبة المنتشرة فى كثرة من الناس توفر لهم ما توفره للآخرين من محبة هى الأكثر تركيزا فى قلة من الناس. فالطفل الذى يكون أبواه شغوفين به يقبل حبهم كقانون طبيعى. هو لا يفكر كثيرًا فيه رغم أنه ذو أهمية عظمى لسعادته. فهو يفكر فى العالم وفى المغامرات التى ستأتى فى طريقه عندما يكبر، ولكن وراء هذه الاهتمامات الخارجية يمكن إحساسه بأن حب أبويه سوف يحميه من الكوارث.

والطفل الذى يُسْحَب منه حب أبويه لأى سبب كان، من الأرجح أن يصبح جبانًا وغير مغامر يملؤه الخوف والرثاء لحاله ، ولا يصبح قادرًا على مواجهة الحياة بمزاج مرح مستكشف. وقد يبدأ مثل هذا الطفل فى عمر مبكر فى التأمل بطريقة تثير الدهشة فى الحياة والموت وأقدار الإنسان ويصبح انطوائيًا، متهوسًا فى البداية، ولكنه فى النهاية ينشد السلوى الوهمية من بعض طرز الفلسفة أو التدين. فالعالم مكان مفعم بالأشياء المختلطة، يحتوى على أشياء ممتعة وأخرى غير ممتعة بسياق عشوائى، والرغبة فى استخلاص نظام أو شكل

منطقى منه هى فى الأســاس نتيـجة للخوف وفى حـقيـقتـها نوع من الأجـورافوبيـا أى الخوف من الوجـود فى الأمـاكن المفتـوحة. فـبين الجدران الأربع لمكتـبته يحس الطالب الجبـان أنه آمن، فإذا أمكنه إقناع نفسه بأن الـكون منظم بنفس الدرجة فسيـحس بأنه سيكون آمنا بنفس الدرجة إذا ما غامر بالخـروج إلى الشارع. مثل هذا الشخص، لو كان قد حـصل على حب أكثر لكان خوفـه من العالم الحقـيقى أقل، ولم يكن عليه أن يخترع عالمًا مثاليًا ليحل محل العالم الحقيقى فى مخيلته.

## (٤)

وليس لجـميع صور الحب مـثل هذا الأثر فى تشـجيع المغـامرة، فالحب الذى يؤدى إلـى ذلك يجب أن يكون قويًا وليس جـبانًا، وأن يطلب الامتياز بدرجة أكبر حـتى من الأمان فى جانب من يتجه إليه، رغم كونه بالطبع ليس لا مـباليًا بالأمان. فالأم أو المربيـة الجبانة التى تحذر الأطفال باستمرار من الكوارث الـتى قد تحدث، والتى تعتقد أن كل كلب سيَعقر وأن كل بقرة ثورٌ، قد تنـتج فيهم جبنًا يعادل جبنها، وقـد تسبب لهم الإحـساس بأنهـم ليسـوا آمنين على الإطلاق إلا فى جوارها المباشر. فـبالنسبة للأم المستحوذة بلا مـبرر قد يكون مثل هذا الإحساس فى الطفل مرغـوبًا، فقد ترغب فى اعتماده عليـها أكثر من رغبـتها فى أن يكون قادرًا على مـجاراة العالم. وفى مـثل هذه الحالة ربما يكون طفلها أسوأ حـالاً فى المدى الطويل عما كان سيـصبح عليه إذا لم يكن محبوبًا على الإطلاق.

وعادات العقل التى تتشكل فى السنوات المبكرة من الأرجح أنها ستتواجد طوال العمر. فكثير من الناس عندما يقعون فى الحب إنما يبحثون عن ملجأ صغير يلجأون إليه بعيداً عن العالم يكونون فيه متأكدين من الإعجاب بهم حينما لا يكونون مستحقين الإعجاب وأنهم سيُمْتَدَحون عندما يكونون لا يستحقون المديح. فالبيت يمثل لكثير من الناس ملجأ من الحقيقة، فمخاوفهم وجبنهم هى التى تجعلهم يستمتعون بالرفقة التى تجعل هذه المشاعر هادئة، وهم ينشدون من زوجاتهم ما حصلوا عليه قبلاً من أم غير حكيمة ولكنهم يكونون مشدوهين إذا ما اعتبرتهم زوجاتهم أطفالاً كباراً.

## (٥)

وتحديد أفضل طرز الحب ليس بالأمر السهل على الإطلاق، حيث من الواضح أنه سيحتوى على بعض عناصر الحماية فيه. فنحن نُبالى لما يجرح الذين نحبهم. وأنا أعتقد رغم ذلك أن الخوف من الكوارث على عكس التعاطف مع الكارثة التى حدثت بالفعل، يجب أن يلعب دوراً صغيراً ما أمكن فى مشاعر الحب. فالخوف على الآخرين هو أفضل قليلاً من الخوف على أنفسنا. وأكثر من ذلك، أنه من المعتاد جداً أن يكون تمويهًا للاستحواذ. ويكون من المأمول فيه عند إثارة مخاوف الآخرين الحصول على سلطة كاملة عليهم، وهذا بالطبع أحد أسباب حب الرجال للنساء الجبانات؛ لأنه

بحمايتهن يصلون إلى امتلاكهن. وكمية الجزع التى يمكن أن يتعرض لها الإنسان ولا تكون مدمرة له تعتمد على شخصيته، فالشخص الصلب المغامر يمكنه تحمل كثيرًا منه دونما تلف بينما الشخص الجبان يجب ألا يتوقع سوى القليل من ذلك، والحب الذى يستقبل، له وظيفة مزدوجة، فقد تكلمنا عنه الآن بالنسبة لعلاقته بالأمان ولكن فى الحياة الناضجة يكون له غرض بيولوچى أكثر إلحاحًا وهو الأبوة. فعدم القدرة على الإحساس بالحب الجنسى يعد كارثة مروعة لأى رجل أو إمرأة لأنه يحرمه أو يحرمها من أكبر المتع التى يمكن للحياة أن تقدمها. وهذا الحرمان من المؤكد تقريبًا أن يدمر القدرة على التلذذ عاجلاً أو آجلاً ويؤدى إلى قلب الداخل للخارج. وكثيرًا جدًا ما أدت المآسى السابقة التى حدثت فى مرحلة الطفولة إلى عيوب فى الشخصية تعد هى سبب الفشل فى الحصول على الحب فى السنوات اللاحقة، وربما كان ذلك صحيحًا بدرجة أكبر بالنسبة للرجال عنه بالنسبة للنساء، حيث إنه بصورة عامة تميل النساء لأن تحب الرجال لشخصيتهم بينما يميل الرجال لحب النساء لمظهرهن. وفى هذا الخصوص يجب القول بأن الرجال يظهرون أنفسهم أدنى من النساء لأن الصفات التى يجدها الرجال ممتعة فى النساء هى فى جملتها أقل تفضيلاً عن تلك التى تجدها النساء ممتعة فى الرجال. وأنا لست متأكدًا على الإطلاق رغم ذلك من أن اكتساب الشخصية الجيدة أسهل من اكتساب المظهر الطيب، وعلى أية حال، فإن الخطوات الضرورية للأخير مفهومة بدرجة أفضل وأسهل فى نشدانها للنساء من الخطوات الضرورية للأول بالنسبة للرجال.

# (٦)

تحدثـنا إلى الآن عن الحب الذى يكون الشخص مـوضوعًـا له، وأرغب الآن فى الحديث عن الحب الذى يعطيـه الإنسان، وهذا أيضًا ذو طرازين مختلفين، أحدهما ربما كان أكثر التعبيرات أهمية للاستمتاع بالحيـاة بينما الآخر فتـعبيـر عن الخوف. الطراز الأول يبدو لى مثـيرًا للإعجاب كلية بينما الأخير فهو - فى أحسن الأحوال - يعد نوعًا من المواساة. فإن كنت تبـحر فى سفينة فى يوم بديع على امـتداد شواطئ جميلة، فأنت تعجب بالشاطئ وتحس بالسرور منه. هذا السرور يشتق كلية من النظر إلى الخارج وليس له علاقة بأى حـاجة ملحة تعتورك. فإذا تحطمت سـفينتك وسـبحت إلى الشاطئ فـأنت تكتسب حـبًا من طراز جديد للشـاطئ، فهو يمثل الأمـان فى مواجهة الأمـواج ويصبح مدى جـماله أو قبحـه أمرًا غير مـهم. وأفضل طراز من الحب يناظر إحساس الشـخص الذى سفينتـه آمنة والطراز الأقل جودة يناظر ذلك الخاص بسبّاح السفينة المحطمة

**الطراز الأول** من طرازى الحب هذين يـعـد ممكنًا فـقط مـا دام الشخص يحس بالأمـان أو أن يكون لا مباليًا بمثل هذه المخـاطر إذا ما أحدقت به.

**والطراز الأخـير** هو على العكس يسبـبه الإحساس بعـدم الأمان وهذا الإحساس أكثر ذاتية وتمحورًا حول الذات بكثير من الآخر حيث

إن الشخص المحبوب يتم تقديره نتيجة لخدمات قدمها وليس نتيجة لخصائص داخلية. وأنا لا أرغب فى أن أعنى أن هذا الطراز من الحب ليس له دور شرعى يلعبه فى الحياة. ففى الحقيقة يحتوى كل حب قريبًا على شئ من الطرازين كليهما فى توفيقة ما، وطالما كان الحب يداوى بالفعل الإحساس بعدم الأمان ، فإنه يحرر الإنسان ويجعله قادرًا على الإحساس مرة أخرى بالاهتمام بالعالم وهو ما يتشوه فى لحظات الخطر والخوف. ولكن عند التعرف على الجزء الذى يلعبه مثل هذا الحب فى الحياة فيجب أن نؤكد على أنه أقل امتيازًا من الطراز الآخر لأنه يعتمد على الخوف والخوف شر. ولأنه أيضًا أكثر تمحورًا حول الذات، ففى أفضل طرز الحب يأمل الشخص فى سعادة جديدة وليس فى الهرب من تعاسة قديمة.

## (٧)

وأفضل طرز الحب هو الذى يتم فيه تبادل منح الحياة، فكل طرز يستقبل الحب بفرحة ويمنحه بدون مجهود، وكل طرز يجد الدنيا بكاملها أكثر تشويقًا نتيجة لوجود هذه السعادة المتبادلة. ويوجد رغم ذلك طراز آخر لا يعد غير شائع على الإطلاق وفيه يمتص الشخص حيوية الآخر ويستقبل ما يمنحه الآخر ولكنه لا يعطى شيئًا فى المقابل. وبعض الناس موفورى الحيوية ينتمون إلى هذا الطراز مصاص الدماء، فهم يستخلصون الحيوية من أحد الضحايا تلو الآخر، وبينما هم يزدهرون ويصبحون مشوقين، يصبح أولئك الذين يعيشون عليهم شاحبين واهين وبلداء. مثل هؤلاء الناس يستعملون الآخرين كوسائل

لغاياتهم الخاصة ولا يعدونهم أبدًا غايات فى حد ذاتهم، وهم فى الحقيقة لا يبالون بأولئك الذين يعتقدون للحظة أنهم يحبونهم، فهم يهتمون فقط فيما ينبه أنشطتهم الخاصة وربما بشكل غير شخصى بالمرة، وينبع ذلك بوضوح من عيب ما فى طبيعتهم ولكنه عيب ليس من السهل تشخيصه أو علاجه. وهذه تعد من الخصائص التى غالبًا ما ترتبط بالطموحات العظيمة، وجذورها يجب القول إنها تكمن فى النظرة أحادية الجانب بلا داعى فيما يختص بمسببات السعادة الإنسانية.

## (٨)

ويعد الحب بمدلول الاهتمام الحقيقى المتبادل لفردين أحدهما فى الآخر، ليس كوسيلة لخير كل منهما فحسب، وإنما كتوليفة تشتمل على أمر طيب بصفة عامة، واحدًا من أهم عناصر السعادة الحقيقية. والشخص الذى تتحوصل ذاته داخل جدران فولاذية من المستحيل توسعتها يفقد بذلك أفضل ما يمكن للحياة أن تقدمه مهما كان ناجحًا فى عمله. فالطموح الذى يستبعد الحب من مجاله الخاص هو بصفة عامة ناتج من نواتج طراز معين من الغضب أو الحقد على السلالة البشرية أنتجته التعاسة فى الشباب والظلم فى الحياة اللاحقة أو أى من المسببات التى تؤدى إلى هوس الاضطهاد. فالذات شديدة القوة عبارة عن سجن يجب على المرء أن يهرب منه إذا أراد أن يستمتع بالعالم استمتاعًا كاملاً والقدرة على الحب الحقيقى تعد من علامات الإنسان

الذى تحرر من سجن الذات، واستقبالك للحب ليس كافيًا، فالحب الذى يستقبل يجب أن يحرر الحب الذى سيمنح وعندما يتواجد كلاهما بمعايير متساوية، هنا فقط يصل الحب إلى ما أسمى حالاته.

## (٩)

والعقبات النفسية والاجتماعية التى تعيق ازدهار الحب المتبادل هى شرور مستطيرة عانى منها العالم ولا يزال. فالناس يتحسبون فى إظهار الإعجاب لخوفهم من أن يكون فى الموضع الخطأ، وهم يتحسبون فى منح الحب خوفا من أن يعانوا، سواءً من الشخص الذى يمنحونه هذا الحب، أو من العالم العذول. فالحذر أمر تحتمه الأخلاق وتحتمه الحكمة الحياتية، ونتيجة ذلك يتم تثبيط الكرم والمغامرة فى الحب. ويميل كل ذلك إلى إحداث الجبن والغضب فى مواجهة البشر، حيث إن الكثيرين من الناس يفتقدون عبر الحياة ما يعد بحق حاجة أساسية، ويفقد تسع من كل عشرة من الناس وضعًا لا يمكن الاستغناء عنه من السلوك السعيد المنتشر تجاه العالم. ولا يجب افتراض أن من يُطْلَق عليهم لا أخلاقيين يفوقون فى هذا الخصوص من ليسوا كذلك. فمن المعتاد جدًا فى العلاقات الجنسية ألا يوجد ما يمكن أن يسمى بالحب الحقيقى، وليس من المستبعد وجود مشاعر عدوانية أساسية. فكلا الطرفين يحاول ألا يمنح نفسه أو نفسها للآخر، وكلا الطرفين يحاول الاحتفاظ بتفرده الأساسى، ويبقى كل طرف كاملاً، وبالتالى يصبح

غير مـثمر. وفى مثل هذه الحـالات لا توجد قيمـة جوهرية، وأنا لا أقـول إن مثل هذه الحـالات يجب تجنبـها بعناية، حـيث إن الخطوات الضرورية لهذه النهاية من المرجح أن تتـداخل أيضًا مع المناسبات التى يمكن أن ينمو فيهـا حب أكثر قيمة وعمقـا. ولكن أقول إن العلاقات الجنسية الوحيدة التى لها قيمة حـقيقية هى تلك التى ليس فيها تكتم، والتى تندمج فـيهـا شخصـية كل من الـطرفين فى شخـصية جـديدة جامعة. ومن بين كل طرز الحذر، ربما كان الحذر فى الحب هو الأشد فتكًا بالسعادة الحقيقية.

# الفصل الثالث عشر

# الأسرة

## (١)

من بين كل المؤسسات التى آلت إلينا من الماضى لم تتشتت أو تحيد عن طريقها مؤسسة كالأسرة، فحب الوالدين لأبنائهما وحب الأبناء لوالديهم بمقدوره أن يكون واحدًا من أعظم مصادر السعادة، ولكن فى الحقيقة علاقات الوالدين بالأبناء تعد مصدرًا للتعاسة فى تسع حالات من كل عشر لكلا الطرفين، وفى تسع وتسعين حالة من من كل مائة لأحد الطرفين على الأقل. هذا الفشل للأسرة فى توفير الإشباع الأساسى الذى من المفروض أنها قادرة على توفيره يعتبر من أعمق مسببات السخط المنتشر فى عصرنا هذا، فالفرد البالغ الذى يود أن تكون له علاقة طيبة بأبنائه أو أن يوفر لهم حياة سعيدة، يجب أن يتعمق فى التفكير فى معنى الأبوة، وبعد هذا التفكير يجب أن يسلك سلوكًا حكيمًا. وموضوع الأسرة أكبر كثيرًا من أن نتناوله فى هذا الكتاب إلا فى حدود علاقته بمشكلتنا الخاصة ألا وهى «انتصار

السعادة». وحتى فى حدود علاقـته بهذه المشكلة لا نستطيع أن نتناوله إلا فى حدود ضيقة جدا لأن مسـببات التعاسة الأسرية فى هذا الزمن تعد شديدة التنوع نفسيًا واقتصاديًا واجتمـاعيًا وسياسيًا. ففيما يختص بالقطاع المتيسر من المجتمع، يترافق مسببات يجعلان النساء يشعرن بأن أمومتهن أصبحت عبئا أثقل كـثيرًا عما كان عليه فى أى وقت مضى. هذان المسببان أحدهما فتح مجال العمل أمام المرأة والثانى هو انقراض الخـدمة المـنزلية. فـفى الأيام القـديمة كـانت الأوضـاع التى لا يمكن احتمـالها للمرأة العانس هى التى تدفع بالنسـاء إلى الزواج. فالعانس كان عليها أن تعيش فى المنزل فى تبعيـة اقتصادية فى البداية على أبيها ثم على شقيق غير متـحمس، ولم يكن لديها أية مهنة تملأ أيامها ولا أية حرية لتـمتع نفسهـا خارج الجدران التى تؤويهـا بمنزل الأسرة. لم تكن لديها الفرصة ولا الرغبة فى المغامرة الجنسية التى كانت تعتقد أنها أمـرًا منكرًا فـيـمـا عدا فى إطـار الزوجيـة. فـإذا فـقـدت رغم كل الاحتياطات عفـتها عبر حيلة أحد فاتنيهـا، فإن حالها كان مما يرثى له إلى أقـصى درجة. وقـد تم تصوير هذه الحـالة بدقة بالغـة فى رواية «كاهن واكفيلد»:

كان همها الوحيد هو أن تستر ذنبها
وأن تخفى عارها عن كل عين
وإن توبتها عن حبيبها
واعتصارها لفؤاده... هو بأن تموت.

## (٢)

والعانس المحدثَة لا تعتبر الموت ضروريًا فى مثل هذه الظروف. فإذا كانت ذات تعليم جيد فلن تكون هناك صعوبة فى أن توفر لنفسها معيشة مريحة، وتكون بذلك قد أصبحت مستقلة عن موافقة الوالدين. ومنذ أن فقد الوالدان السلطة الاقتصادية على بناتها أصبحا أكثر حذرًا فى التعبير عن عدم الرضا عن أخلاقهن. فلا فائدة هناك من تعنيف شخص لن يبقى أمامك لكى تعنفه. والمرأة الشابة غير المتزوجة من الطبقة المهنية تستطيع فى هذه الأيام أن تستمتع بحياة مرضية تمامًا طالما كان بمقدورها أن تتحرر من الرغبة فى أن يكون لديها أطفال شريطة ألا تكون دون المتوسط فى الذكاء والمظهر. ولكن إذا غمرتها هذه الرغبة تكون مرغمة على الزواج وتكون مرغمة تقريبًا على ترك عملها وتغرق بذلك إلى مستوى أدنى من الراحة عن ذلك الذى اعتادته لأن دخل زوجها من المرجح جدا ألا يكون أكبر من ذلك الذى كانت تكسبه ويكون عليها توفير الحياة لأسرة بدلا من امرأة واحدة. وبعد أن كانت مستمتعة بالاستقلال تجد أنه من المرير بالنسبة لها أن تلجأ إلى غيرها لتحصل على كل قرش من النفقات الضرورية. لكل هذه الأسباب تتردد مثل هاته النساء فى الدخول إلى عالم الأمومة.

## (٣)

والمرأة التى تجازف - رغم ذلك - تجد نفسها بالمقارنة بنساء الأجيال السابقة تواجه مشكلة جديدة مرعبة وهى ندرة وسوء الخدمة المنزلية، ونتيجة لذلك تصبح مقيدة بمنزلها مرغمة على أن تؤدى بنفسها الآلاف من المهام التافهة التى لا تستحق رقدراتها أو تدريبها، ولكنها إذا لم تؤديها بنفسها فستدمر مزاجها بتعنيف الشغالات اللائى يقمن بها. فيما يختص بالرعاية البدنية لأطفالها، إذا كان فوق طاقتها أن تصل إلى الإدراك الجيد لمثل هذه الأمور فإنها تجد أنه من المستحيل دون المجازفة الشديدة بوقوع كارثة أن تأتمن المربيات على الأطفال أو حتى أن تترك للآخرين أبسط الاحتياطات المتعلقة بالنظافة والصحة، إلا إذا كان بمقدورها الاستعانة بمربية تدربت تدريبًا مكلفًا فى بعض المعاهد. وعندما تثقلها أعباء التفاصيل الصغيرة على هذا النحو فإنها تكون محظوظة فعلاً إذا لم تفقد وبسرعة كل جاذبيتها وثلاثة أرباع ذكائها. ومن الشائع جدًا أن تصبح مثل هاته النساء - نتيجة محض أداء الواجبات الضرورية - متعبات لأزواجهن ومصدر إزعاج لأطفالهن. وعند حلول المساء وعودة زوجها من عمله تكون المرأة التى تتحدث عن مشاكلها اليومية مملة، والمرأة التى لا تفعل تكون تائهة العقل. وبالنسبة لأطفالها، تكون التضحيات التى قامت بها من أجل الحصول عليهم حاضرة فى عقلها لدرجة أنها من المؤكد أن تطلب مكافأة أكبر من المرغوب أن تتوقعه، بينما العادة المستمرة فى عنايتها

بالتفاصيل الصغيرة تجعلها نكدة وضيقة الأفق، ويعد هذا أخبث أنواع الظلم التى عليها أن تعانيه، فبأدائها لواجبها تجاه أسرتها تفقد حبهم، بينما إذا كانت قد أهملت أداء واجبها وظلت مرحة وفاتنة فلربما كانوا سيحبونها (★).

## (٤)

هذه المتاعب هى فى الأساس اقتصادية، وكذلك أيضًا مشكلة أخرى سيئة بنفس الدرجة، وأقصد بها الصعوبات الخاصة بالإسكان والناتجة عن تركز البشر فى المدن الكبيرة. ففى العصور الوسطى كانت المدن ريفا على الصورة التى عليها الريف الآن. فلا يزال الأطفال يغنون نشيد الحضانة:

عند برج بول تقف الشجرة

مليئة بالتفاح كما يكون الامتلاء

والصِّبية الصغار لمدينة لندن

هُرِعوا بالعصِىّ لإسقاطه

(★) عولجت هذه المشكلة بالكامل من ناحية أثرها على الطبقات المهنية بعمق متميز وبنّاء فى كتاب « الانسحاب من الأبوّة » للكاتبة چين إيلنج. (المؤلف).

ثم هُرعوا من سياج إلى سياج

حتى وصلوا إلى جسر لندن.

وقد اختفى برج بول ، ولست أدرى تاريخ اختفاء الأسيجة التى كانت بين كنيسة سان بول وجسر لندن. ولقد مر الكثير من القرون على الوقت الذى كان فى استطاعة صبية لندن الصغار أن يستمتعوا بمثل هذه المسرات التى يشير إليها النشيد. ولكن إلى زمن ليس ببعيد جداً، كان معظم السكان يعيشون فى الريف ولم تكن المدن شديدة الاتساع، وكان من السهل الخروج منها، ولم يكن من غير الشائع أن تجد حدائق متصلة بكثير من المنازل بها. أما الآن فيوجد فى إنجلترا أكثرية ساحقة من السكان الحضريين بالمقابلة بالريفيين. وفى أمريكا لا تزال مثل هذه الأكثرية ضئيلة ولكنها تتزايد بمعدل سريع جداً.

والمدن مثل لندن ونيويورك ضخمة جداً لدرجة أن الوقت اللازم لمغادرة أى منهما طويل جداً. والذين يعيشون فى المدن يجب عليهم عادة أن يقنعوا بشقة لا ترتبط بها بوصفة مربعة من الأرض، ويجب فيها أن يَقْنَع الناس ذوو الدخول المتوسطة بالحد الأدنى المطلق من الفراغ. فإذا كانوا أطفالا صغاراً تكون الحياة فى شقة أمراً صعباً، فلا مكان هناك ليلعبوا فيه، ولا مكان ليلجأ إليه الوالدان من الضجة التى يثيرها الأطفال. وبالتبعية يميل المهنيون أكثر إلى الإقامة فى الأحياء، ويعد ذلك مرغوباً من غير شك من وجهة نظر الأطفال، ولكنه يضيف كثيراً إلى الإعياء فى حياة الرجل ويقلل كثيراً من الدور الذى يمكن أن يلعبه

فى الأسرة. . وليس قصدى هنا مناقشة مثل هذه المشكلات الاقتصادية الكبيرة، لأنها تقع خارج المشكلة التى نحن بصددها وهى، ما الذى يمكن الفرد أن يفعله هنا والآن ليجد السعادة.

وقد اقتربنا من هذه المشكلة أكثر عند مرورنا على الصعوبات النفسية التى توجد حاليًا فى علاقات الوالدين بالأطفال وهى فى الحقيقة جزء من المشكلات التى نجمت عن الديمقراطية. ففى الأزمان القديمة كان هناك السادة والعبيد، وكان السادة هم الذين يحددون ما يجب عمله، وكانوا بصفة عامة يحبون عبيدهم، حيث إن عبيدهم هم خدام سعادتهم، وربما كان العبيد يكرهون سادتهم رغم أن ذلك لم يحدث بالعمومية التى جعلتنا النظريةُ الديمقراطية نعتقدها. ولكن حتى إذا كانوا يكرهون سادتهم، فلم يكن سادتهم يعلمون بهذه الحقيقة وكان السادة على أى حال سعداء. وبالقبول العام للنظرية الديمقراطية تغير ذلك كله، فالعبيد الذين كانوا مذعنين سابقًا امتنعوا عن الإذعان والسادة الذين كانوا لا يعتورهم الشك فى حقوقهم قبلاً أصبحوا مترددين وغير متأكدين ، ونشأ الاحتكاك وأدى إلى التعاسة فى كلا الجانبين، وأنا لا أقول ذلك كله كجدل ضد الديمقراطية، لأن المشاكل التى نحن بصددها لا مفر من وقوعها فى أى تحول مهم، ولكن من غير المجدى غض النظر عن حقيقة أنه رغم أن هذا التحول يتقدم، إلا أنه يجعل العالم أقل ارتياحًا.

## (٥)

والتغيـر فى العلاقة بين الوالدين والأبناء يعد مثلاً مميـزًا للانتشار العام للديمقرطية، فلم يعد الآباء واثقين من حقوقهم تجاه أبنائهم، ولم يعد الأبناء يحســون أنهم مدينون بالاحترام للوالدين، وفـضيلة الطاعة التى كانت تؤدى من قـبل دون سؤال أصبحت غـير مناسبة للـعصر، وذلك صحيح. ولقد أفزع التحليل الوالدين المتعلمين خوفًا من الضرر الذى يمكن أن يحـدثاه دون دراية لأبنائهم. فإذا قـاما بتـقبيلهـم فربما أوجدوا عقـدة أوديب، وإذا لم يفعلا فقد يحدثوا سـخط الغيرة. وإذا أمروا الأبناء بفعل أمـور معينة فقد يؤديان بذلك إلى نشـأة الإحساس بالإثم، وإذا لم يفعلا يكتـسب الأبناء عادات يعتقد الوالدان أنهـا غير مـرغوبة. فـعندما يمتـص طفلهم إبهامـه يسـتخلصـون من ذلك كل الاستنتاجات المخيفة ويقعان فى حيرة شـديدة فيما يتعلق بكيفية إيقافه عن فعل ذلك. والأبوة التى كـان من المعتاد أن تكون ممارسة منـتصرة للسلطة أصبحت جـبانة قلقة، ومليئة بالشكوك الواعيـة، فالمتع القديمة البسيطة ضاعت. ويتضح ذلك بالذات نتـيجة أنه نظرا للحرية الجديدة للنساء غـير المتزوجات تضطر الأم للتـضحية أكـثر كثيـرًا عن ذى قبل عندما تفكر فى الأمومة. فى مثل هذه الأحوال تطلب الأمهات ذوات الضمائر الحـية القليل جدًا من أبنائهن، بينما تطلب الأمـهات عديمات الضمـير الكثيـر جدًا. فالأمـهات ذوات الضمـائر يكبحن عـواطفهن الطبيعية ويصبحن خجولات، بينمـا الأمهات عديمات الضمير فينشدن

من أطفالهن تعويضًا عن المتع التى عليهن الإقلاع عنها. ففى حالة يتم تجويع عواطف الطفل، وفى الأخرى يتم تنبيـهها أكثر من اللازم، ولا تتوافر فى أىٍّ من الحالتين أية صورة من صور السعادة البسيطة الطبيعية التى من الممكن للأسرة أن توفرها وهى فى أفضل حالاتها.

## (٦)

فى ضوء كل هذه المتاعب، هل يعد مستغربًا أن ينخفض معدل المواليد؟ لقد وصل انخفاض معدل المواليد فى الأمة بأسرها، إلى نقطة تشير إلى أن الأمة فى سبيلها إلى الانقراض قريبًا. وإن كانت هذه النقطة قد تم تجاوزها منذ زمن بعيد بالنسبة للطبقات الميسورة، ليس فى دولة واحدة فحسب، إنما فى كل الدول الشديدة التمدين تقريبًا. ولا توجد الكثير من الإحصاءات المتاحة عن معدل المواليد بين الميسورين ماديًا، ولكن من الممكن الاستشهاد بحقيقتين من كتاب «چين إيلن» المشار إليه، فيبدو أن خصوبة النساء العاملات فى استوكهلم بين الأعوام ١٩١٩ إلى ١٩٢٢ كانت الثلث فقط من تلك الخاصة بالمجتمع بأسره، وأنه بالنسبة للأربعة آلاف خريج لكلية «ولسلى» بالولايات المتحدة الأمريكية، ففى الفترة ١٨٩٦ -١٩١٣ كان العدد الكلى للأطفال ثلاثة آلاف، بينما اللازم لمنع التضاؤل الفعلى للسلاسلة هو ثمانية آلاف طفل، لا يموت أحدهم صغيرًا. وما من شك فى أن المدنية التى أنتجتها السلالات البيضاء لها هذه الخاصية

المميزة، وهى أن الرجال والنساء يصيبهم العقم بنفس درجة امتصاصهم للمدنية. فالأكثر تمدينًا هو الأكثر عقمًا، والأقل تمدينًا هو الأعلى خصوبة، وبين الاثنين توجد تدرجات مستمرة. وحاليًا، تضمحل أكثر القطاعات ذكاءً فى الدول الغربية، وخلال القليل من السنوات، فسوف تتضاءل الأمم الغربية كلها فى العدد، فيما عدا المدد الذى سيأتيها عبر الهجرة من المناطق الأقل تمدينًا. وما أن يكتسب المهاجرون التمدين المميز للدولة التى تتبناهم، فسيصبحون بالتبعية عقيمين نسبيًا. وإنه لمن الواضح ألا تكون المدنية التى لها هذه الخاصية مستقرة، وما لم يتم حثها على التكاثر العددى فستضمحل، إن عاجلاً أم آجلاً، وتترك المكان لمدينة أخرى يكون فيها حافز الأبوة لا يزال محتفظًا بقوة كافية تمنع الأمة من الاضمحلال.

## (٧)

ويحاول الأخلاقيون الرسميون فى كل دولة من الدول الغربية معالجة هذه المشكلة عن طريق الوسائل التحذيرية والعاطفية. فمن ناحية يقولون إنه من واجب اثنين متزوجين أن يكون لهما من الأطفال العدد الذى يشاءه الله دونما النظر إلى الفرصة التى ستكون لهذا الطفل من الصحة والسعادة. ومن الناحية الأخرى يعشق رجال اللاهوت الثرثرة عن المتع المقدسة للأمومة، زاعمين أن الأسر الكبيرة من الأطفال المرضى والفقراء تعد من مصادر السعادة. وتنضم الدولة إلى

ذلك بزعمها أن المحصول الوفير من علـيق المدافع يعد ضروريًا، وإلا فكيف ستعـمل بكفاءة كل هذه الأسلحة الرائعة والعبـقرية فى إحداث الدمار ما لم تكن هناك أمم كافية لتدميرها؟

ومن الغـريب أن الشخص الذى يـكون والدًا حتى لو قـبل هذه المزاعم على أنها تنطبق على الآخرين، يصم أذنيــه تمامًا عن أنها قد تنطبق عليــه أيضا. وسيـكولوچية اللاهوتيين الوطنيين مـخطئة. فـقد ينجح اللاهوتيون طالما كانوا ناجحين فى التهديد بنيران الجحيم، ولكن حاليًـا لا يأخذ مـثل هذا التهـديد بجدية سوى أقليـة من الناس. ولا يكفى أى تهديد أقل من ذلك لضبط السلوك فى أمـر خاص جدًا مثل ذلك. وفيما يخـتص بالدولة، فمزاعمها شديدة الشـراسة. فقد يوافق الناس على أن يكون الآخـرون هم علـيق المدافع، ولكن لا يجـذبهم منظر استـخدام أبنائهم على هذا الـنحو. وكل ما يمكن للـدولة عمله إذن، هو أن تسعى للإبقاء على الفـقراء فى جهالة، وهو مجـهود غير ناجح فى حـد ذاته، كمـا توضح الإحصـاءات، إلا فى أكثـر الدول الغربية تخلفًا. فقليل جدًا من الرجال أو النساء يقبلون أن يكون لديهم أطفال نتيجة الإحساس بالواجب القومى، حتى لو كان وجود مثل هذا الواجب القـومى أوضح كـثيـرًا مما هو عليـه، فعـندما يرزق الرجـال والنساء بالأطفـال، فإنهم يفعلون ذلك إمـا لأنهم يؤمنون بأن الأطفال سـوف يضيـفون إلى سـعادتهم، أو لأنــهم لا يعرفـون كيف يمنعـون مجيئـهم. والسبب الأخير لا يزال يعمل بقوة كبـيرة، وإن كانت قوته

تضمحل بثبات. وليس بوسع الدولة ولا الكنيسة عمل شيء بهذا الخصوص يمكن عن طريقه منع هذا الاضمحلال من الاستمرار. فمن الضرورى إذن إذا أرادت السلالات البيضاء البقاء أن تصبح الوالدية مرة أخرى قادرة على إنتاج السعادة للوالدين.

## (٨)

عندما ينظر المرء إلى الطبيعة الإنسانية بعيدًا عن ملابسات الزمن الحالى، اعتقد أنه من الواضح أن الوالدية قادرة نفسيًا على توفير أعظم وأكثر الطرز بقاءً من السعادة التى يمكن للحياة تقديمها. وهذا بلا شك أكثر صدقًا بالنسبة للنساء عن الرجال، ولكنه صحيح أيضًا بالنسبة للرجال عما يفترضه أغلب المحدَثين. فقد كان ذلك أمرًا مسلَّمًا به فى كل الأدب السابق لعصرنا الحالى تقريبا. فقد اهتمت **حجوبة** (★) بأبنائها أكثر من اهتمامها **ببريام**، كما كان **ماك دف** أشد اهتمامًا بأبنائه من زوجته. وفى التوراة كان كل من الرجال والنساء شديدى الاهتمام بترك نسل، وقد استمر هذا السلوك فى الصين واليابان إلى وقتنا هذا. سيقال إن هذه الرغبة ترجع إلى عبادة الأسلاف، وأعتقد رغم ذلك أن العكس هو الصحيح، أى أن عبادة الأسلاف هى انعكاس للاهتمام الذى يبديه الناس فى بقاء أسرهم. ونعود إلى النسوة العاملات اللائى تعرضنا لهن منذ لحظة. فمن الواضح أن الدافع لإنجاب الأطفال لابد

(★) **حجوبة** هى زوجة **بريام** آخر ملوك طروادة الذى حكم خلال حصارها، وقُتل عند فتح المدينة وأبناؤها هم هكتور وابريس وكاسندرا (المترجم).

وأنه شديد القوة، حيث إنه إذا لم يكن كذلك، فلن تقوم واحدة منهن بالتضحية المطلوبة لكى ترضى هذا الدافع. وبالنسبة لى شخصيًا، كانت سعادة الأبوة أعظم من أى سعادة أخرى عرفتها.

وأعتقد أن الظروف عندما تؤدى بالرجال والنساء إلى الاستغناء عن هذه السعادة، فستظل إحدى الحاجات الضرورية غير مشبعة، وسيُنتج ذلك السخط وفتور الهمة، ويبقى السبب فيهما غير معروف. ولكى تكون سعيدًا فى هذه الدنيا، وخاصة عندما ينقضى الشباب، فمن الضرورى أن يحس المرء أنه ليس فردًا منعزلاً سوف ينقضى عمره سريعًا، ولكن أن يحس بأنه جزء من تيار الحياة الذى يتدفق من الجرثومة الأولى إلى المستقبل البعيد غير المعلوم. ويشتمل ذلك بلا شك على نظرة شديدة التمدين والعقلانية، كعاطفة قوية يتم التعبير عنها بمدلولات ثابتة. ولكن التعبير عنها كعاطفة غريزية مبهمة يعد بدائيًا وطبيعيًا، وغياب ذلك هو الذى يعد شديد التمدين. وقد يتمكن الشخص الذى بمقدوره القيام ببعض الإنجازات العظيمة والفائقة التى تترك طابعها على العصور المستقبلية إشباع هذه الرغبة من خلال عمله، ولكن بالنسبة للرجال والنساء الذين لا يملكون موهبة استثنائية، يكون الطريق الوحيد لإشباع هذه الرغبة هو الأبناء. والذين سمحوا لدوافعهم الباعثة على التناسل أن تنقرض، يكونون بذلك قد فصلوا أنفسهم عن تيار الحياة، ويجازفون بفعلهم هذا مجازفة خطيرة فى أن تجف فروعهم، ويضع الموت بالنسبة لهم نهاية لكل شىء ما لم يكونوا

لا ذاتيين بصورة غير عادية. فالعالم الذى سيأتى بعدهم لا يهمهم فى شىء، ولهذا تبدو لهم أعمالهم تافهه وغير مهمة.

أما بالنسبة للرجل أو المرأة الذى يكون له أو لها أبناء وأحفاد يحبهم وتحبهم حبًا طبيعيًا، يكون المستقبل مهمًا على الأقل فى حدود حياتهم ليس فقط من خلال المدلول الأخلاقى أو نتيجة جهود التخيل وإنما بشكل طبيعى وغريزى، والشخص الذى تمتد اهتماماته إلى هذا المدى وراء حياته الشخصية من المرجح أن يستطيع أن يجعلها تمتد أكثر. وسوف يستقى الرضا، كسيدنا إبراهيم، من أن نسله سوف يرث الأرض الموعودة حتى وإن لم يحدث ذلك لعدد كبير من الأجيال، وينقذه هذا الإحساس من الشعور بعدم الجدوى وهو الذى سيميت كل عواطفه.

## (٩)

أساس الأسرة يكمن بالطبع فى حقيقة أن الوالدين يحسان بطراز خاص من الحب تجاه أبنائهما يختلف عن ذلك الذى يحسانه تجاه أحدهما الآخر أو تجاه الغير من الأطفال. فصحيح أن بعض الآباء والأمهات يحسون بقليل من الحب الأبوى أو لا يحسونه بالمرة، وصحيحج أيضًا أن بعض النساء بمقدورهن الإحساس بالحب تجاه أطفال ليسوا أبنائهن ويكون بنفس القوة التى كانوا سيحسونها تجاه أبنائهن. ورغم ذلك، تبقى الحقيقة العريضة وهى أن الحب الأبوى هو

طراز خاص من الإحساس يحسه الشخص الطبيعى تجاه «أبنائه أو أبنائها وليس تجاه أى إنسان آخر. ولقد ورثنا هذه العاطفة عن أسلافنا من الحيوانات وفى هذا الخصوص لم يكن فرويد فيما يبدو لى بيولوجيًا بدرجة كافية فى نظرته، لأن أى فرد يراقب إحدى أمهات الحيوانات مع صغارها يمكنه أن يلاحظ أن سلوكها تجاههم يأخذ شكلاً مختلفًا تمامًا عن سلوكها تجاه الذكر الذى لها معه علاقات جنسية. هذا الشكل نفسُه المختلف والغريزى يوجد بين البشر وإن كان بصورة متحورة وأقل تحديدًا. ولولا هذه العاطفة الخاصة لما كان هنالك ما يمكن قوله عن الأسرة كإحدى المؤسسات لأن الأطفال من الممكن تركهم لرعاية المحترفين بنفس الدرجة.

وكما هو عليه الحال، فإن الحب الخاص الذى يكنه الوالدان لأبنائهما، شريطة ألا تكون غرائزهم مختزلة، له قيمة لكل من الوالدين والأبناء. فقيمة حب الوالدين لأبنائهما تكمن بدرجة كبيرة فى حقيقة أنها يمكن الاعتماد عليها أكثر من أى حب آخر. فأصدقاء المرء يحبونه لمزاياه الخاصة، وعاشقوه يحبونه لفتنته الخاصة، فإذا تقلصت المزايا أو الفتنة فقد يختفى الأصدقاء والأحباء. ولكن فى مثل هذه الأوقات السيئة يكون الوالدين هما من يمكن الاعتماد عليه فى المرض وحتى فى العار إذا كان الوالدان من الطراز الصحيح. فجميعنا يحس بالبهجة عند إعجاب الآخرين بمزايانا ولكن أغلبنا متواضع فى قلبه بدرجة كافية ليشعر بأن مثل هذا الإعجاب مزعزع. الوالدان

يحبوننا لأننا أبناؤهما، وهذه حقيقة غير قابلة للتبدل بحيث إننا نحس بالأمان معهما أكثر من أى شخص آخر. قد يبدو ذلك عديم الأهمية فى أوقات النجاح، ولكنه فى أوقات الفشل يوفر المواساة والأمان اللذين لا يمكن أن يوجدا فى أى مكان آخر.

## (١٠)

فى كل العلاقات الإنسانية من السهل جدًا تحقيق السعادة لطرف واحد ولكن من الأكثر صعوبة أن تتوافر السعادة للطرفين كليهما. فالسَّجان قد ينعم بحراسته للسجين وصاحب العمل قد يمتعه ضرب الموظف على جبهته والحاكم قد يستمتع بأن يحكم رعاياه بقبضة حازمة، والأب الرجعى يستمتع بلا شك فى أن يغرس الفضيلة فى ابنه مستعينًا بالعصىّ. وما تلك سوى متع وحيدة الجانب، فالطرف الآخر من العلاقة يكون الموقف بالنسبة له أقل قبولاً. وقد أصبحنا ندرك أن هناك شيئًا غير مُرضٍ فى تلك المسرات وحيدة الجانب. فنحن نعتقد أن العلاقة الإنسانية الجيدة يجب أن تكون مرضية لكلا الطرفين، وينطبق ذلك فعليًا بدرجة كبيرة على العلاقات بين الوالدين وأبنائهما بحيث تكون النتيجة أن يحصل الوالدان على متعة أقل كثيراً من وجود الأبناء عما كانوا يفعلون سابقًا بينما يعانى الأبناء بالتالى بدرجة أقل على أيدى والديهم عما كان يحدث فى الأجيال السابقة. ولا أعتقد أن هناك سببًا حقيقيًا فى أن يحصل الوالدان على سعادة أقل من

أبنائهما عـما كانوا يفعلون فى الأزمان الـسابقة رغم أن ذلك بلا شك هو الوضع الحالى. ولا أعـتقد أيضا أن هناك أى سـبب فى أن يفشل الوالدان فى زيادة سعادة أبنائهما ولكن ذلك يتطلب كما تتطلب - كل العلاقات المتعادلة التى يهدف إليهـا العالم الحديث - ذوقًا خاصًا ورقّة خاصة واحترامًا خاصًا للشـخصيات الأخرى ، وهو ما لا تشجع عليه إطلاقًا مشاكسات الحياة العادية.

ولننظر إلى سعادة الأبوة فى البـداية من مدلولها الحيوى ثم فـيما ستصبح عليه فى والد يحثه مثل هذا السلوك تجاه غيره من الشخصيات وهو ما اعـتبـرناه ضروريًا فى عـالـم يؤمن بالمسـاواة. الجذور البـدائية لمسرات الأبوة ذات شقين، ففى جانـب يوجد الإحساس بأن جزءًا من جسم الفرد قد امـتد خارجًا وأنه سيطيل عمـره بعد موت باقى الجسم وربما سيـمتـد خارجًا بدوره جـزءًا منه بنفس الطريقـة وبالتالى يتـوفر الخلود للسلالة. وفى الجانب الآخر يكون هناك امتزاج حميم للقوة مع الرقة، فـالمخلوق الجديد يكون بلا حول ولا قـوة ويكون هناك الدافع لمنحه ما يحتاحه ويرضى هذا الدافع ليس حب الأب للطفل فحسب، بل رغـبة الأب فى السلطة أيضًـا. فطالما ظل الإحسـاس أن الطفل لا حول له ولا قوة لا يكون الحب الذى يتم منحه له متصفًا بعدم الأنانية لأنه فى طبيـعته حـماية للأجزاء الضـعيفـة من الذات. ولكن يحدث التناقض بين حب الـسلطة الأبوى والرغـبـة فى مـصلحـة الطفل منذ مرحلة مـبكرة من عمر الطفل، فـرغم أن السلطة على الطفل هى إلى

حد معين أمر تمليه طبيعة الأشياء، إلا أنه من المرغوب فيه أن يتعلم الطفل بالسرعة الممكنة كيف يكون مستقلاً فى كثر من الأمور ما أمكن ذلك ، وهو ما لا يسر باعث السلطة فى الوالد. ومعظم الآباء لا يدركون هذا التناقض ويظلون على طغيانهم إلى أن يصبح الأبناء فى موقف التمرد ورغم ذلك فقد يدرك آخرون ذلك ويجدون أنفسهم بالتالى فريسة للعواطف المتناقضة وتضيع فى هذا التناقض سعادتهم الأبوية. فبعد كل الرعاية التى منحاها للابن يجد ان - لكمدهما - أنه قد أصبح مختلفًا تمامًا عما كان يأملان، فقد كانا يودان أن يكون جنديًا فيجد ان أنه قد أصبح مسالمًا كارهًا للحرب أو مثل حالة تولستوى، كانا يودان أن يكون مسالمًا فإذا به يلتحق بجماعة المئات السود وهما لا يحسان بالصعوبة فى مثل هذه التطورات الأخيرة فحسب، فأنت إن أطعمت طفلاً بمقدوره أن يطعم نفسه فأنت بذلك تفضل حب السلطة على خير الطفل، رغم ما قد يبدو لك من أنك كنت رفيقًا لتوفير المشقة عنه. وإذا جعلته يدرك بوضوح الأخطار المحدقة به فقد تكون مدفوعًا لذلك برغبتك فى أن يظل معتمداً عليك. وإذا منحته حبًا واضحًا تتوقع له استجابة فأنت بذلك تحاول أن تتشبث به عن طريق عواطفه.

ويؤدى الدافع الاستحواذى عبر آلاف الطرق الكبيرة والصغيرة بالوالدين إلى الضياع إلا إذا كانا شديدى اليقظة أو أنقياء القلب جداً. فالوالدين المحدثين نتيجة إدراكهما لهذه المخاطر يفقدان الثقة أحيانًا عند

التعامل مع أبنائهما ويصبحان أقل قدرة حتى فى أن يكونا نافعين لهما عما لـو كانا قد سمـحا بوقوع بعض الأخطاء التلقائيـة، حيث إنه لا شيء يسبب القلق الكبير فى عقل كـانعدام التأكد والثقة فى النفس فى جانـب أحد البـالغين. الأفضل من أن تكون حـريصًا هو بالتـالى أن تكون نقيا فى قلبك. فالوالد الذى يرغب حقًا فى خير الطفل أكثر من رغبـته فى سلطته أو سلطتـها عليه لا يـحتاج إلى كتـب فى التحليل النفسى كى تقول له ما يجب ومـا لا يجب فعله، ولكن سوف يرشده دافـعه إلى الـطريق القويم. وفى هـذه الحالة تكون عـلاقـة الوالدين بالطفل مـتناغـمـة من البـداية للنـهاية ولا تـؤدى إلى تمرد الطفل أو إحســاس الوالدين بالإحـباط. ويتطلب ذلك من الوالدين منذ الـبداية احتـرام شخصيـة الطفل، وهو الاحترام الذى يجب ألا يكون مـجرد مســألة مبدأ ســواء كان أخلاقـيًا أو فكريًا ولكن الاحـترام الذى يكون محسوسًـا بعمق وباقتناع مبهم لدرجـة يصبح معها الاستـحواذ والقهر أمرين مستحيلين تمامًا. ومـثل هذا السلوك لا يعد مرغوبًا تجاه الأطفال فقط، فهو ضرورى جدًا فى الزواج وفى الصداقة أيضا رغم أنه يكون أقل صعوبة فى الصداقة. وسوف يتخـلل ذلك العلاقات السياسية بين مجموعات البشر فى عالم جـيد رغم أن ذلك يعد أملاً بعيدًا أكثر من أى شيء بالنسبة للأطفال نتيجة لأن عـجزهم وصغر حجمهم وضعف قوتهم يجعلون النفوس الوضيعة تحتقرهم.

## (١١)

ولكى نعود مرة أخرى إلى المشكلات التى يعنى بها هذا الكتاب، فإن السعادة الكاملة للأبوة فى العالم الحديث يحصل عليها فقط الذين يستطيعون أن يحسوا إحساسًا عميقًا بالاحترام تجاه الطفل وهو ما كنت عنه أتحدث. حيث إنه لن تكون هناك ضوابط مرهقة على حبهم للسلطة ولن تكون هناك حاجة للخوف من مرارة انكشاف الوهم الذى يحس به الوالدان الظالمان عندما يكتسب أبناؤهم الحرية. ويكون للوالدين اللذين لهما مثل هذا السلوك سعادة أكبر فى أبوتهم عما كان ممكنًا على الإطلاق للوالدين الظالمين فى ذروة سلطتها الأبوية. فالحب الذى تظهره الرّقة من كل الميول تجاه الطغيان يمنح سرورًا أكثر روعة وأكثر دقة على تحويل معدن الحياة اليومية الخام إلى الذهب الخالص للنشوة الصوفية عن أية عاطفة ممكنة للشخص الذى لا ينفك يحارب ويصارع للاحتفاظ بسطوته فى هذا العالم المراوغ.

وأنا حين أربط قيمة عظمى بالعاطفة الأبوية لا أستخلص استدلالاً عادة ما يتم استخلاصه على أن الأمهات يجب عليهم القيام بأنفسهن بعمل الكثير جدًا لأبنائهن فقد كان الاقتناع الخاص بذلك طيبًا جدًا فى الأيام التى لم يكن فيها شىء قد عُرف بعد عن العناية بالأبناء سوى الأمور البسيطة وغير العلمية التى كانت تمررها عجائز النساء إلى الصغيرات. أما الآن فيوجد الكثير مما يتعلق بالأطفال يقوم به على

خيـر وجه أولئك الـذين قاموا بـدراسة خاصـة عن بعض أقسـام هذا الموضوع. فما يـتعلق بالجزء من تدريبهم الذى يسمى تعليـمًا يعد أمرًا معترف به. فالأم ليس من المتوقع منهـا أن تعلم ابنها حساب التفاضل مهما كـانت درجة حبها له. فإلى المدى الذى يتعلق بإكـتساب التعليم من الكتب فمن المعتـرف به أن الأطفال يمكنهم اكتسـابه بطريقة أفضل من الذين يملكونه عنه من الأم التى لا تمتلكه. ولكن فيما يتعلق بكثير من الأقسام الأخرى الخاصة بالعناية بالأطفال فلا يعد ذلك أمرًا مسلمًا به؛ لأن الخبرة المطلوبة ليست متوافرة.

وبدون شك فـإن بعض الأشيـاء تؤدَّى بطريقة أفـضل عن طريق الأم ولكن كلما كبـر الطفل فستزيد عدد الأمور التى يؤديهـا غيرها له بطريقة أفـضل. فإذا تحقق ذلك بصـورة عامة فـسيوفر على الأمـهات الكثـير من العـمل المرهق لعـدم امتـلاكهـن الاقتـدار المهنى لمثل هذه الأعمال. فالمرأة التى أكتـسبت أى نوع من المهارة يجب أن تكون حره فى أن تستمر فى ممارسة هذه المهارة بالرغم من أمومتها من أجل نفسها ومن أجل المجتـمع. وقد لا تكون قـادرة على فعل ذلك فى الأشـهر الأخيرة من الحمل وأثناء الرضاعة ولكن الطفل فوق عمر التسعة أشهر يجب ألا يشكل عـائقا لا يمكن تجـاوزه بالنسـبة لأنشطة الأم المهنيـة. فأينمـا طلب المجتـمع من الأم التضحـية من أجل الطفل بما يتـجاوز المنطق، فإن الأم سوف تتوقع من الطفل تعـويضات تفوق ما لها الحق فيها، ما لم تكن قديسة بطريقة غـير عادية. والأم التى تسمى مضحية بذاتها بطريقة تقليدية هى فى الغالبيـة الغالبة من الحالات أنانية بطريقة

غير عادية تجاه أطفالها حيث إنه رغم أهمية الأمومة كعنصر الحياة إلا أنها لن تكون مشبعة إذا عوملت على أنها الحياة بكاملها والوالدة التى لم يتم إشباعها من المرجح أن تصبح والدة شديدة التشبث عاطفيًا. فمن المهم بالتالى لصالح الأبناء بنفس درجة صالح الأم ألا تقطعها الأمومة عن سائر الاهتمامات والمساعى الأخرى. فإذا كانت لديها مهنة حثيثة لرعاية الأطفال وكمٌ من المعرفة يمكّنها من العناية الكافية بأطفالها، فيجب أن تستغل مهارتها على نطاق واسع ويجب أن تشغل مهنيا فى العناية ببعض مجموعات الأطفال التى من المتوقع أن تشتمل على أطفالها هى.

ومن السليم أن يكون للوالدين رأى فى كيفية العناية بأطفالها وفيمن يقومون بذلك شريطة أن تتوافر فيهم المتطلبات الدنيا التى تصر عليها الدولة وطالما كانوا لا يخرجون عن مستويات الأشخاص المؤهلين. ولكن يجب ألا يكون هناك عُرْف يطلب من كل أم أن تؤدى بنفسها ما يمكن أن تؤديه أخريات بطريقة أفضل. فالأمهات اللائى يشعرن بالحيرة وعدم الاقتدار فى مواجهة أطفالهن كما هو الحال الكثير من الأمهات، يجب ألا يتردد فى أن يكلن رعاية أطفالهن إلى نساء لديهن الأهلية لهذا العمل وقمن بأداء التدريب الضرورى لذلك. فلا توجد غرائز مرسلة من السماء تعلم النساء فعل الأمور الصحيحة لأطفالهن. وعندما يتجاوز الاهتمام الزائد حدًا معينا فإنه يكون تمويها للاستحواذ، فكثير من الأطفال قد دُمِروا نفسيًا نتيجة التعامل الجاهل

والعاطفى لأمهاتهم. ولقد كـان دائمًا من المعترف به أن الآباء لا يمكن توقع أن يفعلوا الكثير لأطفالهم ورغم ذلك يكون لدى الأطفـال حبًا لآبائهم يعادل نفس حبهم لأمهاتهـم. وعلاقة الأم بالطفل فى المستقبل سوف تشبه أكثر وأكثر علاقـته الحالية بالأب إذا ما تحررت حياة النساء من العبـودية غير الضرورية، وسُمِـح للأطفال بالاستفادة مـن المعرفة العلميـة التى تتراكم فـيما يخـتص بالعناية بعقـولهم وإحسـاسهم فى السنوات المبكرة.

# الفصل الرابع عشر

# العمل

## (١)

لعل ما إذا كان يجب اعتبار العمل من بين مسببات السعادة أو من مسببات التعاسة، أمرًا يحتمل الوجهين. فمن المؤكد أن الكثير من نوعيات العمل تعد شديدة الإنهاك، ودائمًا ما يكون العمل الزائد عن الحد مؤلمًا جدًا، ورغم ذلك أعتقد أن أشد صور العمل كآبة هى بالنسبة لمعظم البشر أقل إيلامًا من البطالة شريطة ألا يكون العمل مفرطًا فى زيادته. ففى العمل تتواجد كل المستويات من محض التخلص من الملل إلى أقصى الاستمتاع عمقًا وفقًا لطبيعة العمل وقدرات العامل. فمعظم العمل الذى يجب على أغلبية الناس أداؤه ليس مشوقًا فى ذاته وإن كان حتى مثل هذا العمل له بعض المزايا العظيمة. فهو أولاً يملأ العديد من ساعات اليوم دونما الحاجة إلى أن يقرر المرء ما يجب عليه أن يفعله. وإذا ترك أغلب الناس أحرارًا فى ملء أوقاتهم وفقًا لاختيارهم فسيتحيرون فى التفكير فى شىء ممتع

بدرجة كافية ليستحق عمله. ومهما كان العمل الذى سيقررون القيام به فسيؤرقهم الإحساس بأن شيئًا آخر ربما كان أكثر إمتاعًا. وتعد إمكانية ملء وقت الفراغ بذكاء من آخر ما أنتجته المدنية وفى الوقت الراهن لم يصل إلى هذا المستوى سوى القليل جدًا من البشر. فممارسة الاختيار هو فوق ذلك مرهق فى ذاته. وباستثناء الأشخاص ذوى المبادرة غير العادية فإنه من المقبول قبولاً مرضيًا أن يقال لك ما يجب عليك عمله فى كل ساعة من ساعات اليوم بشرط ألا تكون الأوامر صارمة بدرجة كبيرة. فمعظم الأغنياء العاطلين يعانون مللاً فظيعًا لتحررهم من ضرورة الكدح وقد يجدون فى بعض الأوقات تفريجًا لذلك بالقيام باصطياد الحيوانات الضخمة فى إفريقيا أو بالطيران حول العالم ولكن مثل هذه المتع تعد محدودة خاصة بعد انقضاء الشباب ، وعلى ذلك فالأغنياء الأكثر ذكاءً يعملون بجدية كما لو كانوا فقراء بينما تشغل ثريات النساء أنفسهن بعدد لا حصر له من الترهات التى يعتقدن اعتقادًا جازمًا فى أهميتها التى يهتز لها الكون.

## (٢)

فالعمل إذن يعد مرغوبًا أولاً وفى البداية كوقاية من الملل؛ لأن الملل الذى يشعر به الشخص عند أدائه عملاً ضروريًا وإن كان غير مُسَلٍّ لا يعد شيئًا بالمقارنة بالملل الذى يحس به عندما يكون لديه شىء يفعله بأيامه. ويرتبط بهذه الميزة من مزايا العمل ميزة أخرى وهى أنها تجعل أيام العطلة أكثر بهجة عندما تأتى. ومن المرجح أن يجد الشخص لذة أكبر كثيرًا فى وقت الراحة عما يمكن للرجل العاطل أن يجده شريطة ألا يكون عليه أن يعمل بشدة تؤدى إلى تلف صحته.

والميزة الثانية لمعظم نوعيات العمل مدفوع الأجر وبعض طرز العمل غير مدفوع الأجر هو أنه يوفر فرصًا للنجاح ومجالاً للطموح. وفى معظم الأعمال يقاس النجاح بالدخل، وطالما ظل مجتمعنا الرأسمالى باقيًا فسيظل ذلك حتميًا، وفيما يختص بأفضل الأعمال فقط لا يعد هذا المعيار هو الطبيعى الذي يجب تطبيقه. ورغبة الناس فى أن يزيدوا من دخلهم تماثل الرغبة فى النجاح فيما يتعلق بما يوفره الدخل الأعلى من وسائل إضافية للراحة. فمهما كان العمل كئيبًا فسيكون محتمَلاً إذا كان الوسيلةَ لبناء سمعة سواء فى العالم على إتساعه أو فى محيط الفرد الخاص. واستمرارية الهدف يعد من أهم المكونات الضرورية للسعادة على المدى الطويل، وبالنسبة لمعظم الناس يتأتى ذلك أساسًا من العمل. وفى هذا الخصوص تكون النساء اللاتى تشغل الأعمال المنزلية حياتهن أقل حظًا من الرجال أو من النساء اللاتى يعملن خارج المنزل، وربة البيت لا تتلقى أجرًا وليست لديها وسيلة لتحسين نفسها ويعتبرها زوجها أمرًا مسلمًا به (فهو لا يرى فعليًا أية أهمية لما تفعله) وتكون قيمتها بالنسبة له لا علاقة لها بالعمل المنزلى وإنما بخصائص أخرى مختلفة تمامًا. ولا ينطبق ذلك بالطبع على النساء اللائى يكن ميسورات بدرجة تكفى لامتلاك منازل جميلة وحدائق بديعة وأن يصبحن مثارًا لحسد جيرانهم. ولكن مثل هاته النساء قليلات نسبيًا، ولا يوفر العمل المنزلى للأغلبية الساحقة إشباعًا بنفس الدرجة التى يوفرها العمل - على اختلاف نوعياته - للرجال وللنساء العاملات.

## (٣)

معظم نوعيات العمل توفر ميـزة قتل الوقت وتوفر منفذًا - مهما كان متـواضعًا - للطموح، وتكون كـافية لجعل حـتى الشخص الذى يعتبر عمله كئيـبًا أسعد فى المتوسط من الشخص الذى بلا عمل على الإطلاق، ولكن عندمـا يكون العـمل مشـوقًا يكون بمقـدوره أن يمنح الإشـباع بدرجـة أعلى جـدًا من مجـرد تفـريج الملل. ويمكن ترتيب نوعيات الأعـمال التى بها بعض التـشويق ترتيبًا هرمـيًا، وسوف أبدأ بالطرز المشوقة بدرجة متوسطة منتهيًا بالطرز التى تستحق أن تمتص كل طاقة الشخص العظيم. هناك عنصران رئيسيان يجعلان العمل مشوقًا: **الأول** ممارسة المهارة **والثانى** التشييد.

## (٤)

فكل شخص اكتسب مهارة غير عـادية يستمتع بممارستها إلى أن تصبح جزءًا من طبعه أو إلى أن يصبح غير قادر على تحسين أدائه أكثر من ذلك. وهذا الدافـع من دوافع الأداء يبـدأ مـبكرًا فـى الطفـولة: فالصـبى الذى يستطيع الوقوف على رأسـه يتكاسل عن الوقوف على قدمـيه. والكثيـر من طرز العمل يمنح نفس السـعادة التى تستـمد من المباريات المهارية. فعمل المحامى أو الـسياسى يجب أن يحتوى بصورة أنيقـة جدًا على الكثـير من السرور المسـتمد من لعـبة البـريدج. فهنا

بالطبع لا تتـوافر ممارسة المـهارة فحـسب، ولكن التغلب علـى خصم ماهر أيضًا. وحتى إذا غاب هذا العنصـر التنافسى فإن ممارسة المهارات الصعبة يكون أمـرًا ممتعًا. فالرجل الذى يمكنه القيام بحـركات بهلوانية فى طائرة يجد أن سروره يكون عظيمًـا لدرجة أنه يكون على استعداد للمجـازفة بحـياته من أجله. وأنا أتصـور أن الجراح القـدير يستـمد الإشباع من الدقـة الرائعة للعمليات التى يجـريها رغم الظروف المؤلمة التى يتم فيـها عمله. ونفس الطراز من السرور، وإن كـان أقل حدة، يمكن أن يستمد من طرز عديدة أكثر تواضـعًا من العمل، فقد سمعت حتى عن سـباكين يستمـتعون بعملهم رغم أنى لم يسـعدنى الحظ أبدًا بمقابلة واحد منهم.

وكل نوعيات العمل الماهر يمكـن أن تكون ممتعة شريطة أن تكون المهـارة المطلوبة إمـا متنوعـة أو من الممكن تحـسينهـا إلى مـدى غيـر محـدود، فإذا غابت هذه الشـروط فلن تصبح هذه الأعـمال مشـوقة عندما يصل الشخص إلى أقصى درجـة مهارية ممكنة. فالشخص الذى يجرى فى مسابقات الثلاثة أميال لـن تصبح قادرًا على الاستمتاع بهذا العمـل عندما يتـجاوز السن الذى يمكنه فـيها تحـطيم رقمه الـسابق. ولحسن الحظ هناك كمٌّ كبير من العـمل الذى تنجم فيه ظروف جديدة تحتاج إلى مـهارات جديدة ويستطيع المرء الاستمـرار فى التحسن على أى نحـو إلى أن يصل إلى منتـصف العمـر. وفى بعض طرز العـمل المهارى كالسياسة على سـبيل المثال يبدو أن الرجال يكونون فى أفضل

أحوالهم وهم بين الستين والسبعين عامًا من العمر، والسبب هو أنه فى هذه الأشغال تكون الخبرة العريضة بالآخرين من الرجال أمرًا ضروريًا. لهذا السبب فالسياسيون الناجحون يكونون أسعد عند عمر السبعين عن أى رجل آخر من نفس العمر ومنافسوهم الوحيدون فى هذا الخصوص هم الرجال الذين يرأسون المؤسسات الضخمة.

## (٥)

وهناك رغم ذلك عنصر آخر يتوافر فى أفضل نوعيات العمل ويكون حتى أكثر أهمية للسعادة من ممارسة المهارة، وهذا هو عنصر التشييد. ففى بعض طرز العمل وليس فى أغلبها بأية حال يتم بناء شئ ما يظل كالأثر عندما يتم البناء، ويمكننا التمييز بين التشييد والهدم بالخاصية التالية: فى التشييد تكون المرحلة المبدأية للأمور اعتباطية نسبيًا بينما تشتمل المرحلة النهائية على هدف وفى الهدم يكون العكس، المرحلة الأولية تشتمل على هدف بينما تكون المرحلة النهائية اعتباطية، أى أن كل ما ينتويه الهادم هو أن ينتج حالة من الأوضاع لا تشتمل على غرض محدد. وتنطبق هذه الخاصية بحرفية ووضوح فى تشييد وتدمير البنايات، ففى تشييد مبنى، يتم تنفيذ خطة موضوعة مسبقًا بينما فى هدمه لا يحدد أى شخص بدقة كيف ستكون المواد ملقاة بعد أن تتم عملية الهدم. فالهدم يكون بالطبع أمرًا ضروريًا عادة كإجراء أوّلى للبناء اللاحق فى مثل هذه الحالة يكون الهدم جزءًا من كل ويكون الكل بناءً.

ولكن ليس من النادر أن يتكفل شخص مـا بأنشطة يكون هدفها هدامًا دونما اعتبار لأى بناء يمكن أن يتم بعد ذلك. وعادة سيخفى هذا الشخص ذلك عن نفـسه بادعاء أنه لا يهدم إلا ليـبنى جديدًا. ولكن من الممكن بصفـة عامة نـزع قناع هذا الادعاء إذا كان ادعــاءً، بسؤاله عـما سـيكونه هذا البناء اللاحق. سـتجـد أنه يتكلم بخصـوص هذا الموضوع كلاما غامضًا وبلا حماس، بينما يتكلم بدقة وتلذذ عن الهدم المبـدأى، وينطبق ذلك علـى غيـر القلـيل من الثـوريين والعـسكريين وغيرهم من رسل العنف. فـما يحثهم دون أن يعلموا عـادة هو الحقد ويكون غرضهم الحقيقى هو هدم ما يكرهونه ويكونون لا مبالين نسبيًا بالنسبة لما سيأتى بعد ذلك.

ولا أستطيع الآن أن أنكر أنه في العمل الهدام - كما فى العمل البناء - قد تكون هناك سعادة ولكنها سعــادة شرسة ربما تكون أكثر حدة فى لحظات معينة ولكنهـا أقل فى عمق إشباعهـا ؛ لأن الإشباع يكون قليلاً فى نتيجتها. فأنت تقتل عدوك، وعندما يموت تكون مهمتك قد انتـهت ويخفت الإشـباع الذى حـصلت عليـه من انتصـارك خفـوتًا سريعًا. والعمل البنآء، من ناحية أخرى عندما يكتمل يكون من الممتع التأمل فـيه وأكثـر من ذلك أنه لن يكون أبدًا مكتمـلاً بدرجة لا يمكن معها عـمل شئ لتحسينه. وأكثر الأغراض إشـباعًا هى التى تقود من نجـاح بلا نهاية دون لاوصـول إلى نهـاية محـددة. وسنجـد فى هذا الخصـوص أن البناء مصدر عظيم لـلسعادة عن الهـدم، وربما كان من

الأصـوب القـول بأن أولئك الذين يجـدون الإشـبـاع فى البناء فـإن إشباعـهم يكون أعظم من الذى يجده عشاق الهـدم فى الهدم، حيث إنك إذا مـا امتـلأت مـرة بالكراهية فلـن تستـمد الـسعـادة من البناء بالسهولة التى يستقيها منه شخص آخر.

هناك فى الوقت نفـسـه القليل من الأشـيـاء التى من المرجح أن تعالج الحقدد ،مثل فرصة القيام بعمل بناء من طراز مهم.

## (٦)

والإشبـاع المستـمد من النجـاح فى الأعمـال البناءة الكبيـرة يعد واحدًا من المتع العظيمة التى بإمكان الحياة توفيرها رغم أنها لسوء الحظ متاحة بأكثر صورها سمـوًّا للأشخاص ذوى القدرات الاستثنائية، ولا شئ يمكنه أن يسـرق متـعة الإنـسان من إنجـاز ناجح فى عمل مـا إلا الدليل على أن كل عـمله كـان رديئًـا. وهناك الكثـير من صـور هذا الإشـباع، فـالشـخص الذى اسـتطاع بواسطة نظام للرأى أن يجـعل الأرض الجرداء تزهر كالوردة يستمتع بها صورة ملموسة جدًا، وإنشاء إحدى المنظمـات قد يكون عملاً فـائق الأهمية، وكـذلك يكون عمل القليل من رجال الدولة الذين وهبوا حياتهم لإنتاج النظام من الفوضى والذى كان لينين هو النموذج الصـارخ لهم فى أيامنا. وأكثـر الأمثلة وضوحـًا هم الفنانون ورجال العلم. فشـكسـبير يقول عن شـعره : «طالما كان الرجال يستطيعون التنفس والعيون بمقدورها الرؤية، فسيظل

هذا حيًّا». ومما لا شك فيه أن هذه الفكرة قد واسته فى سوء حظه. وقد ظل معتقدًا فى قصائده أن التفكير فى صديقه قد صالحه مع الحياة ولكننى لا أستطيع ألا أشك فى أن القصائد التى كتبها لصديقه كانت أكبر أثرًا فى هذا الخصوص عن الصديق فى حد ذاته.

وعظماء الفنانين والأفذاذ من رجال العلم يقومون بعمل يعد فى ذاته مبهجًا، ويوفر لهم أثناء القيام به احترام أولئك الذين يكون لاحترامهم قيمة، مما يعطيهم أكثر طرز السلطة أصالة وهى السلطة على أفكار ومشاعر الناس، وتتوافر لديهم أيضا أشد المبررات قوة فى أن يعتقدوا فى أنفسهم اعتقادًا طيبًا. وهذه التشكيلة من الظروف المواتية يجب أن تكون كافية لجعل أى إنسان سعيدًا. ولكن رغم ذلك فالحال ليس على هذا النحو، **فمايكل أنجلو** مثلاً كان رجلاً شديد التعاسة وظل معتقدًا (وليس ذلك صحيحًا بالتأكيد) أنه لم يكن ليكد وينتج الأعمال الفنية إذا لم يكن عليه أن يدفع ديون أقاربه المعدمين. والقدرة على إنتاج فن عظيم من المعتاد جدًا، وإن كان ليس دائمًا أن يرتبط بالتعاسة المزاجية العظيمة والتى لولا السعادة التى يستمدها الفنان من عمله لكانت قد قادته إلى الانتحار. ولا نستطيع بالتالى أن نقول إنه حتى الأعمال العظيمة يجب أن تجعل الإنسان سعيدًا، ولكن ما يمكننا أن نقوله هو أنها من الممكن أن تجعله أقل تعاسة. ورجال العلم هم أقل كثيرًا من الفنانين فى تعاسة مزاجهم وفى الأغلب يكون الأشخاص الذين يقومون بأعمال عظيمة فى العلم سعداء، وتتأتى سعادتهم أساسًا من عملهم.

## (٧)

إحد مسببات التعاسة بين المفكرين حاليًا هو أن الكثيرين منهم خاصة أولئك الذين تكون موهبتهم أدبية لا يجدون فرصة للممارسة المستقلة لمواهبهم، ولكن عليهم تأجير أنفسهم للشركات الفنية التى يديرها أشخاص ماديون يصرون على إنتاج ما يعدونه هم أنفسُهم هراء خبيثًا. فإذا أردت أن تستقصى من الصحفيين سواء فى إنجلترا أو أمريكا ما إذا كانوا يؤمنون بسياسة الصحيفة التى يعملون بها فستجد، كما أعتقد، أن أقلية ضئيلة هى التى تفعل بينما يمتهن الباقون مواهبهم من أجل العيش لأغراض يعتقدون أنها ضارة. مثل هذا العمل لا يمكن أن يوفر أى إشباعٍ حقيقى، وخلال عملية تطويع نفسه للقيام به يجب أن يجعل الإنسانُ من نفسه ساخرًا بدرجة لا يستطيع معها بعد ذلك أن يستمد إشباعًا كاملاً من أى شىء مهما كان. ولا يمكننى إدانة الأشخاص الذين يقومون بعمل من هذه النوعية، حيث أن الموت جوعًا هو البديل شديد الخطورة. ولكننى أعتقد أنه أينما كان من الممكن القيام بعمل مشبع للدوافع البناءة للإنسان دونما أن يجوع تمامًا، فالنصيحة الطيبة له من زاوية سعادته الخاصة أن يختار هذا العمل مفضِّلاً إياه عن عمل مرتفع الأجر ولكنه لا يستحق الأداء فى ذاته كما يبدو له. فبدون احترام النفس نادرًا ما تكون السعادة الحقيقية أمرًا ممكنًا والشخص الذى يحس بالخجل من عمله يصعب عليه أن يصل إلى احترام نفسه.

## (٨)

وإشباع العـمل البناء رغم أنه قد يكون ميزة لأقلية كـما هو عليه الحال من الممكن رغم ذلك أن يكون ميزة لأقلية كـبيرة. فأى شخص يكون أستاذًا فى عمله يمكنه أن يشعر بهذا الإشباع وكذلك أى شخص يبدو له عمله مفـيدًا ويتطلب مهارة كبيرة. وإنتـاج أطفال ممتازين يعد عملا بنّاءً وصعـبًا وبمقدوره توفير إشباع عـميق، وأية امرأة تصل إلى ذلك يمكنها أن تشعر أن العالم يحتوى نتـيجة عملها على شئ له قيمة لم يكن ليحتويه دون عملها. ويختلف البشر بشدة فى الميل إلى النظر إلى حيـاتهم فى كليـتها. فـلبعض الأشخـاص يكون فعـلُ ذلك أمرًا طبيـعيًـا ويكون ضروريًا للسـعادة أن يفـعلوا ذلك بقدر مـن الرضا. وبالنسبة لآخرين تكون الحيـاة سلسلة من الأحداث المنفصلة بلا حركة موجهة وبلا ارتباط. وأعتقد أن الطراز الأول أكثر ترجيحًا فى الوصول إلى السعادة عن الطراز الأخير حيث أنهم سوف يبنون تدريجيًا ، تلك الظروف التى منها يستمدون الرضا واحترام النفس بينما سوف تعصف رياح الظروف بالآخـرين هنا وهناك دون أن يصلوا إلى مرفـأ، وعادة النظر إلى الحياة ككل هى جزء ضرورى من كلٍّ من الحكمة والأخلاق الحقيقية،وأحد الأمور التى يجب تشجيعها فى عملية التعليم. والهدف الثابت ليس كافيًـا لجعل الحياة سعيدة ولكنه شـرط لا غنىً عنه للحياة السعيدة، والهدف الثابت يكون موجودًا أساسًا فى العمل.

# الفصل الخامس عشر

# الاهتمامات غير الشخصية

## (١)

أود فى هذا الفصل أن أتعرض ليس للاهتمامات الرئيسية التى تنبنى حولها حياة الفرد، ولكن إلى تلك الاهتمامات الفردية التى تملأ وقت فراغه وتوفر لاسترخاء من توتر انشغالاته الأكثر جدية. وفى حياة الشخص المتوسط تحتل زوجته وأبناؤه وعمله ووضعه المالى الجزء الرئيسى من أفكاره الجادة المقلقة، وحتى إذا كانت له علاقات غرامية بالإضافة إلى علاقته الزوجية فليس من المحتمل أن تشغله فى ذاتها بعمق كما يشغله أثرها على حياته المنزلية والاهتمامات المتعلقة بعمله لا أعتبرها الآن اهتمامات غير شخصية. فرجل العلم على سبيل المثال، يجب أن يحافظ على أن يكون جنبًا إلى جنب مع البحوث المتعلقة بتخصصه، وتكون لمشاعره تجاه مثل هذه البحوث ذلك الانتماء الدافئ والحيوية لأمر وثيق الأهمية لمهنته، ولكنه إذا قرأ بحوثًا فى علم آخر مختلف تماما لا يهتم به مهنيًا ، فإنه يقرأ بروح

مغـايرة تمامًا، حـيث تكون قراءته أقل عمـقًا، أقل نقـدًا وبلا شغف وحتى إذا اضطر إلى استخدام عقله كى يتتبع ما يقال فإن قراءته تكون رغم ذلك أقل شغـفًا لأنها غير مـرتبطة بمسئولياته. فـإذا أثار الكتاب اهتمـامه، فإن هذا الاهتمـام يكون لا شخصـيًا بمدلول لا يمكن ينطبق على الكتب التى تقع فى نطاق تخصصـه. وهذه الاهتمامات التى تقع خارج نطاق الأنشطة الرئيسية لحـياة الإنسان هى التى أود الحديث عنها فى هذا الفصل.

## (٢)

أحد مصـادر التعاسة والإعـياء والشد العصبى هـو انعدام القدرة على الاهتمام بأى شىء ليس له أهمية عمليـة فى حياة الفرد الخاصة، ونتيجة ذلك أن العقل الواعى لا يستريح من عُدد قليل من أمور معينة كلّ منها ربما يشـتمل على بعض القلق وبعض عناصـر الانزعاج، ولا يتاح للعـقل الواعى أن يستلقى مستـريحًا على الإطلاق إلا أثناء النوم بينما تنضج أفكار تحت الوعى حكمـتها تدريجيًا، وتكون النتـيجة هى الاستثارة، انعدام الفطنة، الانفعال وفقدان حاسة التناسب. وكل هذه الأمور هى مـسببات وآثار للإعـياء. فكلما أصـبح الإنسان أكثر تعـبًا خبت اهتماماته الخارجية. وبينما هى تـخبو يفقد هو تدريجيًا التفريج الذى كانت توفره له ويصبح أشد تعبًـا. وهذه الدائرة الخبيثة لن تنتهى إلا بالانهيار. والشىء المريح فى الاهتمامات الخارجـية هو حقيقة أنها

لا تتطلب أى عـمل. فصنع القرارات وممارسـة إرادة الاختـيار هى أن الأمور المسببة للإعياء خاصـة إذا كان يجب القيام بهـا بسرعة وبدون معونة تحت الوعـى. فالأشخاص الذين يحسـون بضرورة «النوم على ذلك» قبل اتخاذ أى قرار مهم هم مصيبون تمامًا.

ولكن العمليات العقلية تحت الواعـية لا تعمل خلال النوم فقط، بل تستطيع العمل أيضًا عندما يكون العقل الواعى للفرد مشغولاً بأمور أخرى فالشـخص الذى يمكنه أن ينسى عمله عندما ينتـهى ولا يتذكره إلا عندما يبدأ ثانية فى اليوم التـالى من الأرجح أن يقوم بعمله أفضل كثيرًا من الشخص الذى يظل قلقا على عمله عبر الساعات الواقعة بين نهاية العمل وبدايتـه مرة أخرى، ومن الأسهل جدا نسـيان العمل فى الأوقات التى يجب فيها نسيـانه عندما يكون لدى الشخص الكثير من الاهتـمامـات بخلاف عـمله عمـا لو لم يكن لديه. ومن الضـرورى بالرغم من ذلك ألا تتطلب تلك الاهتـمامـات نفس القدرات العـقلية التى تم إرهاقهـا خلال عمل اليوم. فلا يجب أن تشـتمل على الإرادة والقرار السـريع ويجب ألا تشتمل على أى عنصـر مالى مثل المقـامرة ويجب كقـاعدة ألا تكون مثيـرة بدرجة تؤدى إلى الإعيـاء العاطفى، وتشغل بذلك العقل تحت الواعى بنفس درجة شغلها للعقل الواعى.

## (٣)

كثـير من الأمـور المسلية ينطـبق عليه هذه الشـروط، فمـشاهدة المباريات، الذهاب إلى المسرح ولعب الجولف كلها أمور لا غبار عليها

فى هذا الخصوص. وبالنسبة لرجل له عقلية ذات ميل للكتب فإن قراءة موضوعات لا تتعلق بنشاطه المهنى يعد من الأمور المرضية جداً، فمهما كان الموضوع المثير للقلق هاما فيجب ألا يتم التفكير فيه خلال ساعات العمل بكاملها على الإطلاق.

## (٤)

هناك فرق مهم بين الرجال والنساء فى هذا الخصوص، فالرجال على وجه الإجمال يجدون نسيان عملهم أسهل كثيراً من النساء. ففى حالة النساء اللاتى يكون عملهن فى المنزل يعد ذلك طبيعياً حيث لا يتوافر لهن تغيير المكان الذى يتوافر للرجل عند تركه للمكتب مما يساعده على اكتساب مزاج جديد. ولكن إذا لم أكن مخطئًا، فالنساء اللاتى يعملن خارج المنزل يختلفن عن الرجال فى هذا الخصوص تقريبًا بنفس درجة اختلاف النساء القابعات بالمنزل، فهن يجدن أنه من الصعب جدا أن يصبحن مهتمات لأى شئ ليس له أهمية عملية بالنسبة لهن، فأغراضهن تتحكم فى أفكارهن وأنشطتهن، ونادراً ما يصبحن مندمجات فى بعض الاهتمامات غير المسئولة. أنا لا أنكر بالطبع وجود استثناءات، ولكنى أتحدث عما يبدو لى القاعدة الدائمة. ففى كلية للنساء مثلاً، تتحدث المدرسات فى الأمسيات عن العمل إذا لم يكن هناك رجالاً متواجدين بينما فى كلية للرجال لا يفعل الرجال ذلك. وهذه الخاصية تبدو للنساء على أنها درجة عالية من الوعى

بالمقارنة بالرجال، ولكنى لا أعتـقد أن ذلك سيؤدى فى المدى الطويل إلى تحسين عملهن ولكنه يميل إلى إحـداث ضيق فى الأفق يؤدى عادة إلى نوع من التعصب.

## (٥)

كل الاهتـمامـات غيـر الشخـصيـة، إذا تركنا أهميـتهـا جانبًـا للاسترخاء، لها استخدامـات أخرى عديدة، فهى أولاً تساعد الإنسان على الاحتفاظ بحاسة التناسب، فـمن السهل جدًا أن نصير مندمجين جدًا فى سـعينا الخـاص وفى وسطنا الخاص وفى طراز عـملنا الخاص بدرجة ننسى معها كيف يشكل كل ذلك جزءًا شديد الضآلة من السعى الإنسانى وكـيف أن كمًـا ضخمًـا من أمور الحـياة لا يتأثر مطـلقًا بما نفعله. وقد نتساءل : لماذا يجب على الشخص أن يتذكر ذلك؟ وهناك العديد من الإجـابات، ففى **المقام الأول**، من الخيـر أن يكون لديك صورة حقيـقية عن العالم تكون متوافـقة مع الأنشطة الضرورية، فكل منا يتواجد فى الدنيـا لزمن ليس طويلاً جدًا، وخلال السنوات القليلة من حيـاته يجب عليه اكـتساب مـا عليه أن يعرفـه عن هذا الكوكب الغريب وعن مكانه فى الكون. وإهمـال الفرص المتاحة لنا للمـعرفة، مهمـا كانت هذه المعرفة غـير كاملة، يشبه الـذهاب إلى المسرح وعدم الاستماع إلى المسـرحية. فالعالم ملىء بالأمور المأسـاوية والكوميدية، البطولية وغـير المألوفة والمدهشـة، والذين يفشلون فى الاهتمـام بهذا

العرض الذى يوفره العـالم يتنازلون عن أحد الامتيازات التى تقـدمها لهم الحياة.

ومرة أخرى فإن حـاسة التناسب لها قيمة عظيـمة وتوفر السلوى فى أوقـات معـينة. فكلنا مـيال إلى أن يسـتثـار بلا مبـرر وأن يكون مشدودًا بلا مبـرر وأن يتأثر بأهمية الركن الصغيـر الذى نعيش فيه من العالم وبالـهنيهة الصـغيـرة من الزمن الواقعة بين مـولدنا ومماتنا. ولا شىء يعد مـرغوبًا فى مثل هذه الإثارة والتقـدير المبالغ فيه لأهمـيتنا. فصحيح أن ذلك قد يجعلنا نعـمل بجدية أكبر ولكنه لن يجعلنا نعمل بطريقة أفضل، فالقليل من العـمل الموجه لأهداف طيبة هو أفضل من كثير من العمل الموجه لأهداف سيـئة. رغم أن الرسل المبشرين بالحياة المجهـدة يبدو أنهم يعتقـدون العكس، فالذين يهتـمون كثيـرا بعملهم يكونون باستمرار فى خطر الانزلاق إلى التعصب والذى يتكون أساسًا من تذكر أمر أو اثنين من الأمور المرغـوبة ونسيان الباقى بكامله، وفى تأييد أنه فى السعى فى سبيل هذا الأمر أو الأمرين فإن أى ضرر طارئ من نوعيات أخرى يعد أمرًا قليل الأهمية، ولا توجد وقاية ضد المزاج المتعصب أفضل من التصـور الرحب لحياة الإنسان ومكانه فى الكون. وقد يبدو ذلك أمرًا شديد الجسامـة لاستحضاره فى هذا السياق ولكن بعيـدًا عن هذا الاستـخدام الخاص فـإنه يعد فى حد ذاتـه أمرًا عظيم القيمة.

## (٦)

أحد عيوب التعليم العالى الحديث أنه أصبح تدريبيًا بدرجة كبيرة بغرض اكتساب طرز معينة من المهارة وبدرجة ضئيلة جدًا توسعة للعقل والقلب وفقًا لأى حصر غير متحيز للعالم، فأنت تصبح مندمجًا مثلاً فى منافسة سياسية وتعمل بجد لانتصار حزبك السياسى، إلى هنا والأمور طيبة، ولكن قد يحدث أثناء الصراع أن تلوح إحدى فرص الانتصار التى تتضمن استخدام طرق تم حسابها كى تزيد الكراهية والعنف والشك فى العالم. فقد تجد مثلاً أن أفضل الطرق للنصر هو إهانة دولة أجنبية معينة، فإذا كانت دائرة إدراكك العقلى قاصرة على الحاضر، أو إذا كنت تشربت مفهوم أن الكفاءة هى الأمر الوحيد الذى يعد مهمًا فسوف تتبنى مثل هذه الوسائل المريبة. فخلال هذه الوسائل سوف تكون منتصرًا فى غرضك الآنى، بينما الأمور اللاحقة التى تترتب على ذلك قد تؤدى إلى الكوارث.

أما إذا كان بعقلك - كجزء من مكوناته المعتادة - العصور الماضية للإنسان وخروجه البطىء والجزئى من بربريته، وضآلة وجوده الكلى بالمقارنة بالأحقاب الفلكية، إذا صاغت مثل هذه الأفكار مشاعرك المعتادة، فلسوف تدرك أن المعركة الآنية التى انشغلت بها لا يمكن أن تكون بالأهمية التى تدفع إلى المجازفة بالخطو خلفًا تجاه الظلمات التى خرجنا منها ببطء. أكثر من ذلك، أنك إذا عانيت الهزيمة فى هدفك

الآنى فلسوف يدعمك نفس الإحساس بمـرحلية ذلك بما يجعلك عازفًا عن استـخدام أسلحـة وضيـعة. ولسـوف يكون لديك وراء أنشطتك الآنية أهداف بعيدة تتفتح ببطء لن تكون فيهًا فردًا منعزلاً بل من جيش كبير من أولئك الذين قادوا البشرية تجاه الوجود المتمدين. فإذا وصلت إلى هذه النظرة فلن تغادرك أبدًا سعادة عميقة معينة مهما كان مصيرك الشخصى وسوف تصبح الحياة عشاءً ربانيًا مع العظماء من كل الأجيال والموت الشخصى لن يعدو أن يكون حدثًا مهملاً.

## (٧)

وإذا كانت لى سلطة تنظيم التعليم العـالى كما يجب أن أرغب، فيـجب أن أنشد أن أسـتبـدل بالديانات الأصلية القـديمة التى لا تزال مغـرية للقليل من الشباب ، وتجـذب كقاعدة من هُمْ أقل ذكـاءً وأشد إظلاما، شـيئًا قـد يكون من الصعب تسمـيته دينًا حـيث لا يعدو أن يكون تركيـزًا للانتباه على الحقـائق المتيقنة جـدًا. ويجب أن أنشد أن أجعل الشباب الصغار مـدركين بوضوح للماضى ومدركين بوضوح أن مستقـبل الإنسان سوف يكون بكل الاحتمالات أطول كـثيرًا بدرجة لا يمكن قياسها من ماضيه، وأن يكونوا واعين بعمق لمدى ضآلة الكوكب الذى نعيش عليه وحقيقة أن الحياة على هذا الكوكب ما هى إلا حدث مرحلى وفى الوقت نفسه - مع كل هذه الحقائق التى تميل لتأكيد عدم أهميـة الفرد- يجب أن أقدم مـجموعـة أخرى مـختلفة من الحـقائق المصممة لكى تطبع فى عقول الشـباب مدى العظمة التى بمقدور الفرد

أن يصل إليها، والمعرفـة التى عبر كل أعماق الفضـاء الكونى لا شيئًا معروف لنا يعدلها فى قيمتها، لقد كتب سبينوزا منذ وقت طويل عن عبودية الإنسان وحرية الإنسان. ولقـد جعل أسلوبه ولغته من الصعب على الجمـيع إدراك فكرته فيـما عدا طلاب الفلسـفة ولكن جـوهر ما أردت أن أوصله يختلف قليلاً عما قـاله. فالإنسان الذى أدرك، مهما كان إدراكه هذا مـرحليًا ومختصرًا، مـا يصنع عظمة النفس، لا يمكن بعد ذلك أن يصبح سـعيدًا إذا سمح لنفسه أن يكون ضـئيلاً، لا ينشد سوى ذاته، منشـغلاً بالهـموم التافـهة، خائفًـا مما يختـزنه القدر له. فالإنســان القادر على عظمة النفس سـوف يرى نفسه والحيـاة والعالم بالصدق الذى تسمح به محدوديتنا البشرية، مدركا ضآلة وصغر الحياة الإنســانية. وســوف يدرك أيضًـا أن كل المعـارف ذات القـيمـة والتى يحتويها الكون تتركز فى العقول المفردة، وسوف يرى أن الإنسان الذى يعكس عقله الـعالم كمرآة يـصبح بمدلول ما عظيـمًا كعظمـة العالم. وبالتحرر من المخاوف التى تحدق بعبـيد الظروف، سوف يشعر بسعادة عميقة، وعبر كل تقلبات حياته الخارجية سوف يظل فى أعماق وجوده إنسانًا سعيدًا.

## (٨)

وبترك هذه التكهنات الواسعة جانبًـا والعودة إلى موضوعنا الأكثر إلحاحًا، وهو قيمـة الاهتمامات غير الشخصـية، فهناك جوانب أخرى

تجعلها ذات عون كبير فى اتجاه السعادة. فحتى فى الحياة الأكثر حظًا توجد أوقات تكون الأمور فيها على غير ما يرام، فالقليل من الناس فيما عدا العُزّاب لم يتشاحنوا مطلقًا مع زوجاتهم، والقليل من الآباء والأمهات لم يشعر بالقلق الممض نتيجة مرض أبنائهم، والقليل من رجال الأعمال أمكنه تجنب فترات الأزمات المالية، والقليل من المهنيين لم يعرفوا أوقاتًا حملق الفشل فيها فى وجوههم. فى مثل هذه الأوقات تكون القدرة على الاهتمام بشىء بعيد عن سبب القلق من النعم الكبرى، ففى مثل هذه الأوقات عندما لا يكون هناك رغم القلق شىء يمكن عمله ، فأحد الأشخاص سيلعب الشطرنج وسوف يقرأ آخر القصص البوليسية وسيصبح ثالث مندمجًا فى التنجيم الشائع وسوف يسلى رابع نفسه بالقراءة عن الحفريات الأثرية. كل من هؤلاء الأربعة حكيم فى مسلكه، بينما الإنسان الذى لا يفعل شيئًا ؛ لإلهاء عقله ويسمح لمشاكله أن تكتسب امبراطورية كاملة عليه ، يكون سلوكه غير حكيم ويجعل نفسه أقل صلاحية للتعامل مع مشاكله حين تحين لحظة العمل. وتنطبق اعتبارات مماثلة تمامًا على الأسى الذى لا يمكن رأب صدعه مثل موت شخص ما محبوبٍ بعمق. فلن يتأتى أى خير لأى فرد إذا سمح لنفسه أن يغرق فى الأسى فى مثل هذه المناسبة، فالحزن لا يمكن تجنبه ويجب توقع حدوثه ولكن يجب عمل كل ما يمكن لتقليله إلى الحد الأدنى، وإنها لعاطفية محضة أن تنشد، كما يفعل البعض، إلى استخلاص أقصى قطرة بؤس من الفاجعة. ولا أنكر بالطبع أن الشخص قد يسحقه الأسى، ولكن ما أقوله هو أن كل

شخص يجب أن يفعل كل ما بوسعه للهروب من هذا المصير، ويجب أن ينشد أى إلهاء مهمًا كان تافهًا، شريطة ألا يكون ضاراً فى حد ذاته أو محقـراً للشأن، ومن بين تلك الأمور التى أعـتبرها ضارة ومـحقرة أضع السُكْرَ والمخدرات حيث إن هدفهـما هو تدمير الفكر على الأقل بالنسبـة لتلك الفتـرة من الوقت، والسبـيل القويم ليس تدمـير الفكر ولكن توجيـهه إلى قنوات جـديدة أو بأية حال إلى قنوات بعـيدة عن الفاجعة التى وقعت. ومن الصعب القيام بذلك إذا كانت الحياة مركزة - حتى تلك اللحظة - على الـقليل جدًا من الاهتمامـات وأن تصبح تلك الاهتمامـات القليلة مطمورة فى الأسى. ولكى تتحمل الفـاجعة جيـدًا عند وقوعـها، فـمن الحكمة أن تكون قـد كونت فى أوقـاتك الأسعد اهتـمامات عريضـة بحيث يجد العقل عند حلول الفـاجعة أن مكانًا غيـر مشوش قد تهـيأ له تتوافر فـيه ارتباطات مغـايرة وعواطف أخرى مختلفة عن تلك التى جعلت الحاضر من الصعب تحمله.

## (٩)

الإنسـان ذو الحـيوية الملائـمة والذى تتـوافـر لديه القـدرة على الاستمـتاع سوف يقهر كل الفـواجع بأن ينبثق بعد كل ضربة اهتـمامًا بالحياة لا يمكن أن يضيق لدرجة تجعل من الخـسارة الواحدة أمرًا مميتًا. وأن تنهزم بخسـارة واحدة أو حتى بعدد من الخسـائر ليس مما يستحق الإعجاب كإثبات لحسـاسيتك، وإنما هو أمر يجب الرثاء له لأنه فشل

للحيوية. وكل مشاعرنا تقع تحت رحمة القدر الذى قد يصيب بالموت من نحبهم فى أية لحظة وبالتالى فمن الضرورى ألا يكون لحياتنا تلك الحدة الضيقة التى تضع كل معنى وغرض لحياتنا تحت رحمة الأحداث.

لكل هذه الأسباب، سوف يهدف الإنسان الذى ينشد السعادة بحكمة إلى أن يمتلك عدداً من الاهتمامات المساعدة بالإضافة إلى الاهتمامات الرئيسة التى عليها تنبنى حياته.

# الفصل السادس عشر

# المجهود والاستعفاء (★)

## (١)

الوسط الذهبى مبدأ غير ذى بال، وأتذكر عندما كنت صغيراً أننى رفضته بازدراء وسخط لأن التطرفات البطولية كانت هى ما أعجب به فى تلك الأيام. والحقيقة ليست دائمًا مشوقة. والكثير من الأمور يتم تصديقها لأنها مشوقة رغم أنه فى الواقع لا يوجد سوى القليل من الأدلة الأخرى فى صالحها. والوسط الذهبى هو حالة من هذه الحالات، فربما يكون مبدأ غير ذى بال ولكنه فى الكثير جدًا من الأحوال مبدأ صحيح.

أحد الاعتبارات التى من الضرورى فيها المحافظة على الوسط الذهبى هو ما يتعلق بالتوازن بين المجهود والاستعفاء، ومبدأ المجهود

(★) استخدمت كلمة «الاستعفاء» كمرادف لكلمة Resignation فى الأصل الإنجليزى ، وتأتى بمعنى : التراخى ، أو عدم الميل لبذل الجهد .

بشَّر به خبراء الكفـاءة والمسيحيون مفتـولو العضلات، وكل من هاتين المدرستين المتعارضتين لديه جزء من الحقـيقة وليس الحقيقة كلها، وأود فى هذا الفصل أن أحاول إيجاد التوازن بينهما وسوف أبدأ بالحالة التى هى فى صالح المجهود.

## (٢)

السعادة ليست شيئًا يسقط فى الفم كالثمرة الناضجة نتيجة مجرد فعل الظروف المـواتية إلا فى أندر الحالات، وهذا هو سـبب تسمـيتى لهذا الكتاب «انتصار السعادة» لأنه فى عالم مفعم بالمصائب التى يمكن والتى لا يمكن تجنبها، بالمرض والمآزق النفسيـة، بالصراع والفقر وسوء القصد، يجب عـلى الرجل أو المرأة ليصلا إلى السعـادة أن يجد طرقًا لاستـغلال المسببـات العديدة للسعـادة التى تقتحم حيـاة كل فرد وفى حالات نادرة معينة قـد لا يتطلب الأمر مجهودًا كبـيرًا. فالشخص ذو الطبيعة السهلة الـطيبة، الذى ورث ميراثًا ضخمًا ويتمـتع بصحة طيبة مصحوبة بأذواق بسـيطة قد ينزلق عبر الحياة مـرتاحًا ويتعجب عن أى شئ تثار كل هذه الضـجة! والمرأة حسنة الـشكل ذات المـزاج الكسول إذا حدث وتزوجـت رجلاً ميـسورًا، وإذا لم تمانع بعـد الزواج فى أن تصبح بدينة، فقد تستمـتع أيضًا بنوع من الراحة الكسولة، شريطة أن يكون حظهـا طيبًـا بالنسبـة لأطفالها. ولـكن مثل هذه الحـالات تعد استثناءات، فـمعظم البشر ليـسوا أغنياء، وكثـير من الناس لم يولدوا

بطبيعة سمحة، ولدى الكثير من الأشخاص أهواء ليست سهلة مما يجعل الحياة المنظمة جيدًا تبدو لهم مملة بدرجة لا يمكن تحملها، والصحة نعمة لا يمكن لأحد أن يتأكد من الاحتفاظ بها، والزواج ليس دائمًا مصدرًا للنعمة، لكل هذه الأسباب، يجب أن تكون السعادة لمعظم الرجال والنساء إنجازًا وليس هبة من الآلهة. وفى هذا الإنجاز يجب أن يلعب المجهود دورًا كبيرًا داخليًا وخارجيًا. والمجهود الداخلى قد يشتمل على مجهود الاستعفاء الضرورى وبالتالى فلننظر الآن إلى المجهود الخارجى فقط.

## (٣)

فأى شخص، رجلاً كان أو إمرأة، عليه أن يعمل ليعيش، تعد حاجته للمجهود المتعلق بذلك من الوضوح بدرجة لا تحتاج إلى تأكيد. فصحيح أن الفقير الهندى يستطيع العيش دونما مجهود بمجرد تقديم قصعته لإحسانات المؤمنين، ولكن فى الدول الغربية لا تنظر السلطات بعين الرضا إلى هذه الطريقة للحصول على دخل. أكثر من هذا أن المناخ يجعل هذا الأسلوب أقل إبهاجًا عنه فى الدول الأدفأ والأكثر جفافًا، ففى فصل الشتاء على الأقل، سوف يكون القليل من الناس كسولين لدرجة تفضيل البطالة فى العراء على العمل فى الغرف التى تم تدفئتها، فالاستعفاء وحده بالتالى لا يشكل فى الغرب طريقًا للثروة.

## (٤)

ومن الضرورى لسعادة نسبة مئوية كبيرة جدًا من الرجال فى الدول الغربية أن يتوافر لهم أكثر مما يلزم لمجرد الحياة، لأنهم يرغبون فى الإحساس بأنهم ناجحون. وفى بعض الأشغال، مثل الباحث العلمى على سبيل المثال، من الممكن لرجال لا يكسبون دخلاً ضخمًا أن يحصلوا على هذا الإحساس، ولكن فى أغلب الأشغال أصبح الدخل هو معيار النجاح. عند هذه النقطة نحن نلمس أمرًا يعد فيه أحد عناصر الاستعفاء شيئًا مرغوبًا فى معظم الحالات، حيث إنه فى عالم تنافسى يكون النجاح الملفت ممكنًا لأقلية فقط، والزواج أمر قد يكون المجهود فيه ضروريًا أو غير ضرورى وفقًا للظروف، فعندما يكون أحد الجنسين فى الأقلية كما هو حال الرجال فى إنجلترا والنساء فى استراليا، فإن أفراد هذا الجنس عليهم كقاعدة عامة بذل القليل من الجهد للزواج إذا رغبوا، أما بالنسبة لأفراد الجنس الذى هو فى الأغلبية فالحال يكون معكوسًا، فكم المجهود والتفكير المبذولين فى هذا الاتجاه من النساء اللائى يشكلن الأغلبية يكون واضحًا لأي فرد يدرس الإعلانات فى مجلات النساء، والرجال عندما يكونون هم الأغلبية فمن الشائع أن يتبنوا أساليب أكثر استعراضية مثل المهارة فى استخدام المسدس، وهذا أمر طبيعى، حيث إن وجود غالبية من الرجال غالبًا ما يحدث عند الحدود الفاصلة للمدنيّة، ولا أدرى ما الذى كان سيفعله الرجال إذا ما أدى وباءٌ يفرق بين الرجال والنساء إلى

أن يصبحوا أغلبية فى إنجلترا، ربما كان عليهم العودة إلى أخلاقيات الشهامة لعصر قد مضى.

## (٥)

وكمية المجهود التى تشتمل عليها تربية الأطفال تعد من الوضوح لدرجة أن أحداً لا ينكرها، فالأمم التى تؤمن بالاستعفاء وبما يسمى خطأ بالنظرة «الروحية» للحياة هى أمم تعانى من المعدلات العالية لوفيات المواليد فالطب والصحة والتطهير والغذاء المناسب كلها أمور لا يمكن الوصول إليها دونما أعمال مادية، فهى تتطلب طاقة وذكاءً يوجهان للبيئة المادية، وأولئك الذين يعتقدون أن المادة وَهْمٌ سوف يعتقدون نفس الاعتقاد فى القاذورات، وبتفكيرهم هذا يتسببون فى موت أطفالهم.

وإذا ما تحدثت بعمومية أكثر، فقد أقول إن ما يعد هدفا طبيعيا ومشروعًا لكل شخص لم تضمحل فيه رغباته الطبيعية هو الحصول على سلطة من نوع ما، ونوع السلطة التى ينشدها الشخص يعتمد على شهواته السائدة، فأحد الأشخاص يرغب فى السلطة على أفعال الناس، وآخر يرغب فى السلطة على أفكارهم، وثالث يرغب فى السلطة على عواطفهم، أحد الأشخاص يرغب فى تغيير البيئة المادية ويرغب آخر فى الإحساس بالسلطة التى تتأتى من التحكم الفكرى، وكل طرز العمل العام تنطوى على الرغبة فى سلطة من طراز ما، ما

لم يكن تقلد المنصب العام تحدوه الرغبة فى الثراء المستمد من الفساد. فالشخص الذى تحثه معاناة إيثارية تمامًا نتيجة مظاهر البؤس الإنسانى، سوف يرغب فى السلطة للتخفيف من هذا البؤس إذا كانت معاناته حقيقية.

والشخص الوحيد الذى لا يبالى بالسلطة على الإطلاق هو الشخص اللامبالى على الإطلاق بأقرانه من البشر. بعض طرز الرغبة فى السلطة تكون بالتالى مقبولة كجزء من الأجهزة المكونة من نوعيات الرجال الذين يمكن صنع مجتمع طيب منهم، وكل صور الرغبة فى السلطة ما لم يتم إعاقتها تشتمل على طراز متلازم من المجهود، وبالنسبة لعقلية الغرب قد تبدو هذه النتيجة أمرًا معروفًا ولكن يوجد عدد غير قليل فى دول غربية يغازلون ما يسمى ب«حكمة الشرق» فى نفس لحظة تخلى الشرق عنها، وما كنا نقوله ربما يبدو لهم أمرًا تساؤليًا. فإذا كان ذلك فمن الأفضل أننا قلناه.

## (٦)

والاستعفاء رغم ذلك له دور ليلعبه فى «انتصار السعادة» وهو دور ليس أقل أهمية من الدور الذى يلعبه المجهود، فالشخص الحكيم، رغم أنه لن يقعد ساكنًا فى مواجهة الكوارث التى من الممكن منعها ، لن يضيع وقتًا أو إحساسًا على الكوارث التى لا يمكن منعها، وحتى إذا كانت من الممكن منعها فسوف يستسلم لها إذا كان الوقت

والعمل اللازمين لتجنبهـا يتعارضان مع سعيه فى سبـيل أغراض أكثر أهميـة. ويتبرم كثـير من الناس ويسخطون من كل أمـر صغير يسـير بطريقة خـاطئة ويبـددون بذلك الكثير من الطاقـة التى يمكن توظيفـها بأسلوب أكثر نفـعًا. وحتى فى السعى من أجل أغراض مهـمة فعليًا، فليس من الحكمـة الاندماج العاطفـى الشديد فى ذلك السعـى بحيث تصبح فكرة إمكانية الفشل تهديدًا مستمرًا للسلام العقلى.

والمسـيحـية تعلم التـسليم بإرادة الله، وحـتى بالنسبـة للذين لا يمكنهم قبول هذه الصياغة، فلابد وأن شـيئًا من هذا القبيل يتخلل كل أنشطتـهم، والكفـاءة فى أداء إحـدى المهـام العـمليـة لا تتناسب مع العاطفة التى نضعهـا فيها، فأحيانا ما تكون العاطفـة بالفعل عقبة فى سبيل الكفـاءة، والسلوك المطلوب هو أن تفعل خير مـا تستطيع تاركًا الأمر للقدر.

والاستعـفاء طرازان، أحدهـما متـأصل فى اليأس، والآخر فى الأمل الذى لا يقـهـر. النوع الأول ردىء والثانى طيـب. فالشـخص الذى عانى من هزيمة جوهرية جعلتـه يتخلى عن الأمل فى القيام بأى إنجاز جـدّى قد يتعلم اسـتعفـاء اليأس، وإذا فـعل فسوف يهـجر كل الأنشطة الجدية وربما موّه على يأسه بالعبارات الدينية أو بمبدأ أن التأمل هو الغاية الحقيـقية للإنسان. ولكن مهما كـان نوع التمويه الذى يتبناه لإخفاء هزيمته الداخلية فسيظل عديم النفع تمامًا وتعيسًا تعاسة أصيلة. والشخص الذى يقوم استعفاؤه على الأمل الذى لا يقهر يسلك سلوكًا مغايرًا تمامًا لذلك، فالأمل الذى لا يمكـن قهره يجب أن يكون عظيمًا

وغير شخصى. فمهما كانت أنشطتى الشخصية، فقد يهزمنى الموت أو نوع خاص من المرض، وقد يقهرنى أعدائى وقد أجد أننى قدر اتخذت مساراً غير حكيم لا يمكن أن يؤدى إلى النجاح.

وبألف طريقة وطريقة، قد يكون فشل الآمال الشخصية جداً أمراً لا يمكن منعه. ولكن إذا كانت الأهداف الشخصية جزءاً من أهداف أكبر للبشرية، فلن تكون الهزيمة المنكرة هى نفسها عندما يحدث الفشل. فرجل العلم الذى يرغب فى القيام باكتشافات عظيمة قد يفشل فى ذلك، وربما كان عليه أن يترك عمله نتيجة اللوم الشديد، ولكنه إذا رغب بعمق فى تقدم العلم وليس فى مجرد مشاركته الشخصية فى هذا الهدف، فلن يحس بنفس اليأس الذى كان سيحسه الرجل الذى لبحوثه دوافع ذاتية بحته. والرجل الذى يعمل فى سبيل إصلاحٍ يكون الاحتياج إليه شديداً، يجد أن جهوده سوف تكون مصحوبة بحرب، وربما أجبر على إدراك أن ما عمل من أجله لن يتحقق خلال فترة حياته، ولكنه لا يحتاج نتيجة ذلك إلى الغرق فى اليأس التام، شريطة أن يكون مهتّماً بمستقبل الإنسانية بعيداً عن مشاركته الخاصة فى ذلك.

## (٧)

الحالات التى كنا بصددها هى التى كان الاسعفاء فيها أكثر صعوبة، ولكن هناك عدداً آخر من الحالات التى يكون فيها أكثر سهولة، فهناك الحالات التى تواجه فيها الأهداف الثانوية عائقاً بينما

الأهداف الرئيسية للحياة لا تزال تقدم آمالاً للنجاح، فالشخص المنشغل مثلاً بعمل مهم يفشل فى القيام بالطراز المرغوب فيه من الاستعفاء إذا ما تشتت تركيزه نتيجة لتعاسته الزوجية. فإذا كان عمله مستحوذًا بحق، فيجب عليه النظر إلى هذه المتاعب العارضة بنفس الطريقة التى ينظر بها المرء إلى يوم مطير، أى على أنه إزعاج يكون من الغباء إثارة ضجة حوله.

## (٨)

ولا يستطيع بعض الناس أن يتحملوا بصبر حتى تلك المشاكل الصغيرة التى يمكن أن تشكل إذا ما سمحنا لها بذلك جزءًا كبيرًا من الحياة، فهم ساخطون عندما يفوتهم القطار، ويبدلهم الغضب إذا كان الغداء سيئَ الطهى ويغرقون فى اليأس إذا ما دخنت المدفأة ويقسمون على الثأر من النظام الصناعى بكامله إذا لم تصل ملابسهم من مغسلة البخار. والطاقة التى يبددها مثل هؤلاء الناس فى المشاكل التافهة تكفى إذا تم توجيهها بحكمة لإقامة ومحو امبراطوريات. والرجل الحكيم يفشل فى اكتشاب الأتربة التى لم تنظفها شغالة المنزل، والبطاطس التى لم يطهها الطاهى، والهباب الذى لم تمسحه الممسحة. ولا أعنى أنه لا يأخذ أية خطوة لعلاج هذه الأمور، شريطة أن يكون لديه الوقت ليفعل ذلك، ما أعنيه فقط هو أن يتعامل مع هذه الأمور دونما عاطفة، فالانزعاج والغضب والتوتر كلها عواطف لا تخدم أى

غـرض والذين يحسـونهـا بقوة قـد يقـولون أنهم غـير قـادرين على تجـاوزها، ولست مـتـأكـدًا من أنه يمكـن تجـاوزها بأى شئ أقل من الاستعـفاء الأصيل الذى كنا نتحـدث عنه قبلاً، ونفس طراز التـركيز على الآمال الكبـيرة غير الشخـصية الذى يساعد الإنـسان على تحمل فشله الشخصى فى عمله أو المشاكل الخاصـة بزواج غير سعيد، سوف يجعـل من الممكن أيضا لهـذا الإنسان أن يكون صـبورًا عندما يـفوته القطار أو تسقط مظلته فى الطين. فـإذا كان من ذوى المزاج الغاضب، فلست متأكدًا من أن شيئًا أقل من هذا سوف يعالجه.

## (٩)

الإنسان الذى تحرر من إمبراطورية القلق سـوف يجد الحياة عملاً أكثر إبهاجًا بكثيـر عما اعتاده عندما كان مستثارًا باسـتمرار، والطبيعة الشخصـية لمعارفه والتى كـانت تجعله قبلاً يود الصـراخ سوف تصبح الآن مجرد أمر مدهش. فعندما يقص **السيد** (أ) للمرة الثلاثمائة وسبع وأربعين النادرة الخاصـة بأسقف **تييـرا ديل فيوجو**، فسيـدهش نفسه بملاحظة عدد المرات ولن يحس بأى ميل لمحاولة غيـر مجدية لتحويل مجرى الحديث بنـادرة من نوادره هو، وعندما ينقطع رباط حذائه وهو فى عجلةٍ كى يلحق بقطار الصباح الباكر، فسيفكر، بِعَدّ بعض الأمور المناسبة من قبيل تحصيل الحاصل، أن الحدث الذى هو بصدده ليس له أهمية قصوى فى تاريخ الأكوان. وعندما تقاطعه - وهو يتأهب للقيام

بتقديم عرض للزواج - زيارةٌ من جار ممـل، سيفكر فى أن كل البشر معرضون للكوارث باستثناء آدم وأنه حتى آدم كانت له أيضا متاعبه. ولا توجد حدود لما يمكــن عمله لإيجاد السلوى من الفواجع الصــغيرة عن طريق التشبيهات الشاذة والتــوازيات الحكيمة. فكل رجل متمدين وكل امرأة متمدينة لديهم على ما أعــتقد صورة ما عن نفسه، وينزعج إذا حدث أى شئ يبدو أنه يفســد هذه الصورة. وأفضل علاج هو ألا يكون لديك صورة واحدة إنما معرضًا كــاملاً للصور تختار منه الصورة التى تنســاب الحدث موضع الســؤال. فإذا كانت بعــض الصور مثــيرة للضحك، فيكون ذلك أفضل، فليس من الحكمة أن ترى نفسك طوال الوقت كبطل من أبطال الفواجع العظيمة. ولا أقترح أن يرى الشخص نفسه باســتمرار كمهرج فى مــسرحية كومــيدية، لأن من يفعلون ذلك يكونون أكثر إثارة للسخط، فالقليل من اللباقة يعد مطلوبا عند اختيار الدور الذى يناسب الموقف. وبالطبع إذا كان بإمكانك أن تنسى نفسك ولا تؤدى دورا على الإطلاق فإن ذلك يعد مثيرا للإعجاب. ولكن إذا كان أداؤك للدور قــد أصبح طبــيعــتك الثانية فــعليك إدراك أن أداءك مسجل، وبالتالى تجنب التكرار.

## (١٠)

ويرى الكثــيرون من ذوى النشــاط أن أقل قــدر من الاستــعفــاء وأَخْفَتَ ومَــضاتِ خفَّةِ الظــل كفيلان بتــدمير الطاقــة التى يؤدوى بها

أعمـالهم والإصـرار الذى به يصلون إلى النجاح، كـما يـعتـقدون. وهؤلاء هم فى نظرى مخطئون، فالـعمل الذى يستحق الأداء يمكن أن يؤدى بواسطة حتى أولـئك الذين لا يخدعون أنفـسهم سواءً بالنسـبة لأهمية العـمل أو السهولة التى يمكن بها أداؤه. والذين لا يسـتطيعون القيام بعملهم إلا بالاستعانة بخداع النفس من الأفضل لهم أن يدرسوا أولاً كيف يتحملون الحقيقـة قبل أن يستمروا فى أداء عملهم حيث أنه عاجلاً أو آجـلاً سوف تجعل حاجـتهم إلى أن تعضدهـم الخرافات أن يصبح عملهم ضاراً بدلاً من أن يكون نافعًا. والقليل من الوقت الذى ينفق فى تعلم كيفـية تقدير الحقائق لا يعتـبر وقتًا ضائعًـا واحتمال أن يكون العمل الذى سوف بعد ذلك ضاراً يقل كـثيراً عنه بالنسبة للعمل الذى يؤدى بواسطة الذين يحتاجون إلى تضخـيم دائم لأنفسهم كمنبه لطاقاتهم، وتشـتمل إرادة مواجـهة حقـيقة أنفسـنا على نوع معين من الاستعفاء، هذا النوع رغم أنه يشتمل على ألم فى اللحظات الأولى، يوفر فى النهاية الحماية والحمـاية الوحيدة الممكنة بحق من خيبة الأمل وانقشاع الوهم اللذين يكون خادعُ نفسِه عـرضةً لهما. ولا شىء أكثر إعياءً ولا أكـثر سخطًا من المجهـود اليومى المبذول فى تصـديق أشياء تصبح كل يوم أكثر لا معقـولية. والقيام بذلك عن طريق هذا المجهود يعد شرطًا لا يمكن تجاوزه لسعادة آمنة ودائمة.

# الفصل السابع عشر

# الإنسان السعيد

## (١)

من الواضح أن السعادة تعتمد جزئيًا على ظروف خارجية وجزئياً على الشخص نفسه، وقد كنا مهتمين فى هذا الكتاب بالجزء الذى يعتمد علي الشخص نفسه وقادنا ذلك إلى وجهة النظر أنه فى حدود ما يخص هذا الجزء فإن وصفة السعادة تعد بسيطة جدًا. ويعتقد الكثيرون ومنهم السيد كرتش الذى تحدثنا عنه فى فصل سابق أن السعادة مستحيلة دونما عقيدة ذات طابع دينى بشكل أو بآخر، ويعتقد الكثيرون الذين هم أنفسهم تعساء أن أحزانهم قد تفاقمت لأنها ذات مصادر فكرية بدرجة كبيرة، ولا أعتقد أن مثل هذه الأشياء تعد مسببات حقيقية لسعادتهم لسعادتهم أو لتعاستهم ولكنها مجرد أعراض. فالشخص غير السعيد، كقاعدة عامة، سوف يتبنى عقيدة غير سعيدة بينما الشخص السعيد سيتبنى عقيدة سعيدة، وكل منهما يرجع سعادته أو تعاسته إلى معتقداته بينما يكون المسبب الحقيقى هو

عكس ذلك، فلا غنى عن أمور معينـة لسعادة معظم الناس وإن كانت أمـور معـينة لسعـادة معظم الـناس وإن كانت أمـور بسيطة: الغـذاء والمأوى، الصحة، الحب، العمل الناجح واحترام الفرد لقومه.

وتعد الأبوة لبعض الناس أمرا أساسـيًا أيضًا. وعندما تكون هذه الأشياء مفتقدة، فـإن الشخص الفريد فقط هو الذى بمقدوره أن يصل إلى السعـادة، بينما إذا توافرت جمـيعها أو كـان من الممكن الوصول إليهـا بمجهود جـيد التوجـيه، فإن الشـخص الذى يظل تعيـسًا يكون مصـاباً ببعض الاختـلالات النفسية التـى قد تحتاج إذا كـانت شديدة السوء إلى خـدمات طبيب نفـسى، ولكن يمكن علاجهـا فى الأحوال العـادية بواسطة المريض نفـسـه شـريطة أن يشـرع فى ذلك بالطريقـة السليمـة، فإذا لم تكن الظروف الخارجـية سيئـة بالقطع، فباسـتطاعة الفرد أن يصل إلى السعادة شريطة أن تكون عواطفه واهتماماته موجهة للخـارج وليس للداخل. ويجب أن يكون سـعينا بالتـالى فى مجـال التعليم ومـحاولات التكييف مع الـعالم هادفًا لتـجنب العواطف التى تدور حول الذات واكتساب تلك الأحاسيس والاهتمامات التى ستمنع أفكارنا من أن تحوم دائما حول أنفسنا.

وليس من طبيعة معظم الناس أن يكونوا سعداء فى السجن، وأن العـواطفـه الـتى تغلقنا على أنـفـسنا تشكل واحـــدًا من أسـوأ أنواع السجون، وبعض تلك العواطف التى تعد شـائعة بدرجة كبيرة هى : الخـوف، الحسـد، حـاسـة الإثم، الأسى على النفس والإعـجـاب

بالنفس، ففى كل هذه الأمـور تكون رغباتنا مركزة علـى أنفسنا. فلا يوجد أى شـغف حقيقى بالعـالم الخارجى وإنما مجرد إهتـمام به لربما يجرحنا بطريقـة ما أو يفشل فى تغـذية غرورنا. فالخـوف هو السبب الرئيسى فى كـون البشر غيـر راغبين على الإطلاق فى قبول الحـقائق وفى أنهم شديدو الاشتياق لأن يلفوا أنفسهم فى عباءة الخرافة الدافئة، ولكن الأشواك تمزق العـباءة الدافئة وتـخترقهـا اللفحات الباردة عـبر الشقـوق ويعانى الشـخص الذى أصبح مـعتـادًا على دفئـها من هذه اللفحات بدرجة أكبر كثيرًا من الشخص الـذى قام بتقسية نفسه بالنسبة لها منذ البداية، عـلاوة على ذلك، فالذين يخدعون أنفسـهم يعرفون فى أعماقـهم بصورة عامة أنهم يفعلون ذلك، ويعيـشون فى حالة من الرعب خشية أن تفرض حادثةٌ مكدِّرةٌ مدركاتٍ غير مستحبة عليهم.

## (٢)

وأحد العيـوب الكبيرة للعواطف التى تدور حـول الذات هو أنها لا تقدم سوى القليل جدًا من التنوع فى الحيـاة، فصحيح أن الشخص الذى يحب نفسه فقط لا يمكن اتهامه بتشتت مشاعره، ولكنه لابد وأن يعانى فى النهاية مللاً غـير محتمل من موضع ولائه الذى لا يـتغير، والشخص الذى يعانى من حاسـة الإثم يعانى من نوع معين من عشق الذات. ففى كل هذا الكون الواسع، فإن الشىء الوحيد الذى يبدو له شديد الأهميـة هو أنه يجب أن يكون فاضلاً، وأنه لَقـصورٌ خطير فى

طرز معينة من الدين التقليدى أنها تشجع هذا النوع من الاستغراق فى الذات.

## (٣)

الإنسان السعيد هو الإنسان الذى يحيا بموضوعية، الذى له عواطف حرة واهتمامات واسعة والذى يقوم بتزمين سعادته من خلال هذه الاهتمامات والعواطف ومن خلال أنها بالتالى ستجعله موضوعًا للاهتمامات والعواطف من قبل الآخرين. ومن المسببات القوية للسعادة أن تكون مستقبلاً للحب، ولكن الشخص الذى يطلب الحب ليس هو الشخص الذى يمنح الحب، وإجماليًا فإن الشخص الذى يستقبل الحب هو الذى يعطى الحب، ومن غير المجدى محاولة منح الحب كأمر محسوب بالطريقة التى يفرض بها الشخص مالاً بفائدة، لأن الحب المحسوب ليس حقيقيًا ولن يحس الذى يستقبله بأنه كذلك.

## (٤)

فما الذى يستطيع الإنسان أن يفعله إذا لم يكن سعيدًا لأنه منغلق على ذاته؟ طالما استمر فى التفكير فى مسببات تعاسته فسوف يستمر الشخص فى كونه متمركزًا حول ذاته ولن يخرج من الدائرة الخبيثة. وإذا كان له أن يخرج منها فلابد وأن يكون ذلك طريق الاهتمام الحقيقى وليس بالاهتمام المصطنع الذى يقوم به على أنه دواء.

ورغم أن هذه الصعوبة حقيقية، فيوجد رغم ذلك الكثير مما يمكن عمله إذا كان الفـرد قد شخص مشكلته تشـخصيًا سليمًـا. فإذا كانت مشـكلته ترجع مـثلاً إلى حـاسة الإثم سـواءً فى الوعى أو اللاوعى، يمكنه أولاً أن يقنع عـقله الواعى بعدم وجود مـبررات لإحسـاسه بأنه آثم، ثم يتـقـدم بالأسلوب الذى تعـرضنا له فى فصـل سابق ليـزرع قناعاته الراشدة فى عقله اللاواعى على أن يجعل نفـسه مهتمًا فى هذه الأثناء ببعض الأنشطة المحايـدة بدرجة كبيرة أو صغـيرة. فإذا نجح فى التخلص من حـاسة الإثم، فمن المرجـح أن تنبثق بعض الاهتمـامات الموضوعية بحق تلقائيًا.

أما إذا كانت مشكلته هى الأسى على النفس فيمكن التعامل معها بنفس الطريقة بعد أن يكون قد أقنع نفسه أولاً بأن شيـئًا لا يعتبر سيئًا بطريقة غيـر عادية فى ظروفه. وإذا كان الخوف هو مشكلتـه فليمارس بعض التدريبات المصمـمة لاكتساب الشجاعة. فالـشجاعة فى الحرب كانت معـترفًا بها كفـضيلة مهمة منذ أوقـات لا يمكن تذكرها. وجزء كبير من تدريب الصـبية وشباب الرجال كان موجهـا لإنتاج نوعية من الشخصية القادرة على عدم الخوف فى المعركة. ولكن الشجاعة الخلقية والشجـاعة الفكرية ، فقـد كانت دراستهـما أقل كثـيرًا من ذلك وإن كانت لهما أساليبهما أيضًا.

اعترف لنفسك كل يوم بحقيقة مؤلمة واحدة وستجد أن ذلك أمرًا مفيدًا كالعمل العطوف اليومى لصبيان الكشافة. علم نفسك الإحساس

بأن الحياة ستظل تستحق العيش حتى إذا لم تكن أنت، رغم أنك كذلك فعلاً، متفوقًا بطريقة لا يمكن قياسها على كل أصدقائك فى الفضيلة والذكاء. والممارسات التى هى من هذا النوع عندما تطول لعدة سنوات سوف تجعلك فى النهاية قادرًا على قبول الحقائق دون إحجام وسوف تحررك بهذا العمل من امبراطورية الخوف الممتدة على اتساع كبير.

## (٥)

ما ستكون عليه الاهتمامات الموضوعية التى ستنبثق فيك عند تغلبك على مرض الاستغراق فى الذات يجب أن يترك للأفعال التلقائية لطبيعتك وللظروف الخارجية، لا تقل لنفسك مسبقًا : «يجب أن أكون سعيدًا إذا استطعت أن أستغرق فى جمع الطوابع» ثم تشرع عقب ذلك فى جمع الطوابع حيث أنه قد يحدث أن تفشل تمامًا فى أن تجد جمع الطوابع أمرًا مشوقًا. فالاهتمامات الحقيقية فقط هى التى يمكنك الانتفاع بها ولكنك من الممكن أن تكون واثقًا من أن الاهتمامات الموضوعية الحقيقية سوف تنمو حالما تكون قد تعلمت ألا تنغمس فى ذاتك.

## (٦)

الحياة السعيدة تماثل بدرجة غير عادية الحياة الطيبة. وقد بالغ الأخلاقيون المحترفون فى قيمة إنكار الذات ويعلّمهم هذا وضعوا

تركيزهم فى المكان الخطأ. فإنكار الذات الواعى يترك الإنسان مستغرقًا فى ذاته ومدركًا بوضـوح لما ضحًّى به ويفشل بالتالى عـادة فى غرضه الحالى ويفشل باستمرار تقريبًا فى غرضه النهائى.

## (٧)

المطلوب ليس هو إنكار الذات ولكن طراز توجـيه الاهتـمام إلى الخارج الذى يقود تلقائيًا وطبيعيًا إلى نفس السلوك الذى يستطيعه فقط الشخص الذى يسـتغرقـه تمامًا السعى إلى فـضيلته الخـاصة عن طريق انغماسـه فى إنكار ذاته. لقد كتبت فى هذا الكتاب كـفرد يعشق اللذة وأعنى كفرد يعتبر أن السعادة هى الخير. ولكن السلوكيات التى يزكيها عاشق اللذة هى فى مجملها نفس التى يزكيها الأخلاقى العاقل. ويميل الأخلاقى رغم ذلك إلى التركيـز على الفعل وليس على حالة العقل، وإن كان ذلك لا يكون صحيحًا فى كل الأحوال وأثر الفعل على الفرد موضع الفعل يختلف اختلافًا واسعًا وفقًا لحالة عقله فى تلك اللحظة. فإذا رأيت طفلاً يغرق وأنقذته كنتيجـة للدافع المباشر لتقديم المساعدة، فلن تصبح نتيجـة ذلك سيئًا من وجهة النظر الأخـلاقية. أما إذا قلت لنفـسك : «إنه من الفضـيلة إغاثة العـاجز، وأنا أرغب فـى أن أكون إنسانًا فـاضلاً، وبالتـالى فيجب أن أنقـذ هذا الطفل» فسـوف تصبح بذلك أسوأ مما كـنت قبلاً. ومـا ينطبق على هذه الحالة الشـاذة ينطبق على كثير من الحالات الأخرى الأقل وضوحًا.

## (٨)

هناك فرق آخر دقة بدرجة ما بين السلوك الذى زكـيته تجاه الحياة وذلك الذى يزكيه الأخـلاقيون التقليديون، فالأخـلاقى التقليدى على سـبيل المثـال سـيقـول : إن الحب يجب ألا يكون أنانيًـا. وهو على صـواب بمدلول معين وهو ألا يـكون أنانيًا وراء نقطة مـعـينة، ولكنه يجب بلا شك أن يكون بهذه الطبيعة ؛ لأن سعادة الفرد الخاصة ترتبط فى نجاحها به، فإذا أراد رجل أن يدعـو سيدة للزواج منه على أساس أنه يرغب سعـادتها بحرارة وفى نفس الوقت يرى أنها سـوف توفر له فرصا مثالية للإقلاع عن حب نفسـه، فأعتقد أنه من المشكوك فيه أنها سوف تكون سعـيدة تمامًا، فمما لا شـك فيه أننا يجب أن نرغب فى سعادة أولئك الذين نحبهم ليس كبديل لحبنا لأنفسنا، وفى الحقيقة فإن كل التناقض بين الذات وباقى العالم الذى يوجد ضمنيًا فى مبدأ إنكار الذات يختـفى حالما كـان لدينا أى إهتمـام حقيـقى بالأفراد والأشـياء الخارجة عن أنفـسنا، فعبر مـثل هذه الاهتمامات يسـتطيع الإنسان أن يحس بنفسـه كجزء من تيـار الحياة وليس ككيـان صلب منعزل ككرة البلياردو التى بمقدورها ألا يكون لها أية عـلاقة بالكيانات الأخرى إلا بالإصطدام.

والتعاسة تعـتمد بكاملها على نوع ما من التفـتت أو الافتقار إلى الاندماج. فهناك التـفتت داخل الذات نتيجة الافتـقار إلى التنسيق بين

العقل الواعى والعقل الاواعى، وهناك الافتقار إلى الاندماج بين الذات والمجتمع عندما لا يكون الاثنان قد تم ربطهما معًا بقوة الاهتمامات الموضوعية والحب، والإنسان السعيد هو الذى لا يعانى من أى صور فشل الاندماج هذه، والذى تكون شخصيته لا هى منقسمة على نفسها أو آسفة تجاه الدنيا، مثل هذا الشخص يشعر بنفسه كمواطن عالمى، يتمتع بحرية بالمشهد الذى يقدمه العالم وبالمسرات التى يوفرها، ولا تؤرقه فكرة الموت لأنه يشعر بأنه ليس منفصلاً فى الحقيقة عن أولئك الذين سيأتون بعده، إن أعظم سرور من الممكن أن يوجد فى مثل هذا الاتحاد الغريزى العميق بتيار الحياة.

# المشروع القومى للترجمة

المشـروع القومـى للتـرجمـة مشـروع تنميـة ثقافيـة بالدرجـة الأولى ، ينطلق من الإيجابيات التى حققتها مشروعات الترجمة التى سبقته فى مصر والعالم العربى ويسعى إلى الإضافة بما يفتح الأفق على وعود المستقبل، معتمداً المبادئ التالية :

١- الخروج من أسر المركزية الأوروبية وهيمنة اللغتين الإنجليزية والفرنسية .

٢- التوازن بين المعارف الإنسانية فى المجالات العلمية والفنية والفكرية والإبداعية .

٣- الانحياز إلى كل ما يؤسس لأفكار التقدم وحضور العلم وإشاعة العقلانية والتشجيع على التجريب .

٤- ترجمة الأصول المعرفية التى أصبحت أقرب إلى الإطار المرجعى فى الثقافة الإنسانية المعاصرة، جنبًا إلى جنب المنجزات الجديدة التى تضع القارئ فى القلب من حركة الإبداع والفكر العالميين .

٥- العمل على إعداد جيل جديد من المترجمين المتخصصين عن طريق ورش العمل بالتنسيق مع لجنة الترجمة بالمجلس الأعلى للثقافة .

٦- الاستعانة بكل الخبرات العربية وتنسيق الجهود مع المؤسسات المعنية بالترجمة .

# المشروع القومى للترجمة

| | | |
|---|---|---|
| ١ – اللغة العليا (طبعة ثانية) | جون كوين | ت : أحمد درويش |
| ٢ – الوثنية والإسلام | ك. مادهو بانيكار | ت : أحمد فؤاد بلبع |
| ٣ – التراث المسروق | جورج جيمس | ت : شوقى جلال |
| ٤ – كيف تتم كتابة السيناريو | انجا كاريتنكوفا | ت : أحمد الحضرى |
| ٥ – ثريا فى غيبوبة | إسماعيل فصيح | ت : محمد علاء الدين منصور |
| ٦ – اتجاهات البحث اللسانى | ميلكا إفيتش | ت : سعد مصلوح / وفاء كامل فايد |
| ٧ – العلوم الإنسانية والفلسفة | لوسيان غولدمان | ت : يوسف الأنطكى |
| ٨ – مشعلو الحرائق | ماكس فريش | ت : مصطفى ماهر |
| ٩ – التغيرات البيئية | أندرو س. جودى | ت : محمود محمد عاشور |
| ١٠ – خطاب الحكاية | جيرار جينيت | ت : محمد معتصم وعبد الجليل الأزدى وعمر حلى |
| ١١ – مختارات | فيسوافا شيمبوريسكا | ت : هناء عبد الفتاح |
| ١٢ – طريق الحرير | ديفيد براونيستون وايرين فرانك | ت : أحمد محمود |
| ١٣ – ديانة الساميين | روبرتسن سميث | ت : عبد الوهاب علوب |
| ١٤ – التحليل النفسى والأدب | جان بيلمان نويل | ت : حسن المودن |
| ١٥ – الحركات الفنية | إدوارد لويس سميث | ت : أشرف رفيق عفيفى |
| ١٦ – أثينة السوداء | مارتن برنال | ت : بإشراف / أحمد عتمان |
| ١٧ – مختارات | فيليب لاركين | ت : محمد مصطفى بدوى |
| ١٨ – الشعر النسائى فى أمريكا اللاتينية | مختارات | ت : طلعت شاهين |
| ١٩ – الأعمال الشعرية الكاملة | جورج سفيريس | ت : نعيم عطية |
| ٢٠ – قصة العلم | ج. ج. كراوثر | ت: يمنى طريف الخولى / بدوى عبد الفتاح |
| ٢١ – خوخة وألف خوخة | صمد بهرنجى | ت : ماجدة العنانى |
| ٢٢ – مذكرات رحالة عن المصريين | جون أنتيس | ت : سيد أحمد على الناصرى |
| ٢٣ – تجلى الجميل | هانز جيورج جادامر | ت : سعيد توفيق |
| ٢٤ – ظلال المستقبل | باتريك بارندر | ت : بكر عباس |
| ٢٥ – مثنوى | مولانا جلال الدين الرومى | ت : إبراهيم الدسوقى شتا |
| ٢٦ – دين مصر العام | محمد حسين هيكل | ت : أحمد محمد حسين هيكل |
| ٢٧ – التنوع البشرى الخلاق | مقالات | ت : نخبة |
| ٢٨ – رسالة فى التسامح | جون لوك | ت : منى أبو سنه |
| ٢٩ – الموت والوجود | جيمس ب. كارس | ت : بدر الديب |
| ٣٠ – الوثنية والإسلام (ط٢) | ك. مادهو بانيكار | ت : أحمد فؤاد بلبع |
| ٣١ – مصادر دراسة التاريخ الإسلامى | جان سوفاجيه – كلود كاين | ت : عبد الستار الحلوجى / عبد الوهاب علوب |
| ٣٢ – الانقراض | ديفيد روس | ت : مصطفى إبراهيم فهمى |
| ٣٣ – التاريخ الاقتصادى لإفريقيا الغربية | أ. ج. هوبكنز | ت : أحمد فؤاد بلبع |
| ٣٤ – الرواية العربية | روجر آلن | ت : حصة إبراهيم المنيف |
| ٣٥ – الأسطورة والحداثة | پول . ب . ديكسون | ت : خليل كلفت |

| | | |
|---|---|---|
| ٧٢ – السياسي العجوز | ت . س . إليوت | ت : فؤاد مجلي |
| ٧٣ – نقد استجابة القارئ | چين . ب . توميكنز | ت : حسن ناظم وعلى حاكم |
| ٧٤ – صلاح الدين والمماليك في مصر | ل . ا . سيمينوڤا | ت : حسن بيومي |
| ٧٥ – فن التراجم والسير الذاتية | أندريه موروا | ت : أحمد درويش |
| ٧٦ – چاك لاكان وإغواء التحليل النفسي | مجموعة من الكتاب | ت : عبد المقصود عبد الكريم |
| ٧٧ – تاريخ النقد الأدبي الحديث ج ٣ | رينيه ويليك | ت : مجاهد عبد المنعم مجاهد |
| ٧٨ – العولمة : النظرية الاجتماعية والثقافة الكونية | رونالد روبرتسون | ت : أحمد محمود ونورا أمين |
| ٧٩ – شعرية التأليف | بوريس أوسبنسكي | ت : سعيد الغانمي وناصر حلاوي |
| ٨٠ – بوشكين عند «نافورة الدموع» | ألكسندر بوشكين | ت : مكارم الغمري |
| ٨١ – الجماعات المتخيلة | بندكت أندرسن | ت : محمد طارق الشرقاوي |
| ٨٢ – مسرح ميجيل | ميجيل دي أونامونو | ت : محمود السيد على |
| ٨٣ – مختارات | غوتفريد بن | ت : خالد المعالي |
| ٨٤ – موسوعة الأدب والنقد | مجموعة من الكتاب | ت : عبد الحميد شيحة |
| ٨٥ – منصور الحلاج (مسرحية) | صلاح زكي أقطاي | ت : عبد الرازق بركات |
| ٨٦ – طول الليل | جمال مير صادقي | ت : أحمد فتحي يوسف شتا |
| ٨٧ – نون والقلم | جلال آل أحمد | ت : ماجدة العناني |
| ٨٨ – الابتلاء بالتغرب | جلال آل أحمد | ت : إبراهيم الدسوقي شتا |
| ٨٩ – الطريق الثالث | أنتوني جيدنز | ت : أحمد زايد ومحمد محيي الدين |
| ٩٠ – وسم السيف (قصص) | نخبة من كُتاب أمريكا اللاتينية | ت : محمد إبراهيم مبروك |
| ٩١ – المسرح والتجريب بين النظرية والتطبيق | باربر الاسوستكا | ت : محمد هناء عبد الفتاح |
| ٩٢ – أساليب ومضامين المسرح الإسبانوأمريكي المعاصر | كارلوس ميجل | ت : نادية جمال الدين |
| ٩٣ – محدثات العولمة | مايك فيذرستون وسكوت لاش | ت : عبد الوهاب علوب |
| ٩٤ – الحب الأول والصحبة | صمويل بيكيت | ت : فوزية العشماوي |
| ٩٥ – مختارات من المسرح الإسباني | أنطونيو بويرو باييخو | ت : سرى محمد محمد عبد اللطيف |
| ٩٦ – ثلاث زنبقات ووردة | قصص مختارة | ت : إدوار الخراط |
| ٩٧ – هوية فرنسا (مج ١) | فرنان برودل | ت : بشير السباعي |
| ٩٨ – الهم الإنساني والابتزاز الصهيوني | نماذج ومقالات | ت : أشرف الصباغ |
| ٩٩ – تاريخ السينما العالمية | ديفيد روبنسون | ت : إبراهيم قنديل |
| ١٠٠ – مساءلة العولمة | بول هيرست وجراهام تومبسون | ت : إبراهيم فتحي |
| ١٠١ – النص الروائي (تقنيات ومناهج) | بيرنار فاليط | ت : رشيد بنحدو |
| ١٠٢ – السياسة والتسامح | عبد الكريم الخطيبي | ت : عز الدين الكتاني الإدريسي |
| ١٠٣ – قبر ابن عربي يليه آياء | عبد الوهاب المؤدب | ت : محمد بنيس |
| ١٠٤ – أوبرا ماهوجني | برتولت بريشت | ت : عبد الغفار مكاوي |
| ١٠٥ – مدخل إلى النص الجامع | چيرارچينيت | ت : عبد العزيز شبيل |
| ١٠٦ – الأدب الأندلسي | د. ماريا خيسوس روبييرامتي | ت : أشرف على دعدور |
| ١٠٧ – صورة الفدائي في الشعر الأمريكي المعاصر | نخبـة | ت : محمد عبد الله الجعيدي |

| | | |
|---|---|---|
| ١٠٨ – ثلاث دراسات عن الشعر الأندلسى | مجموعة من النقاد | ت : محمود على مكى |
| ١٠٩ – حروب المياه | چون بولوك وعادل درويش | ت : هاشم أحمد محمد |
| ١١٠ – النساء فى العالم النامى | حسنة بيجوم | ت : منى قطان |
| ١١١ – المرأة والجريمة | فرانسيس هيندسون | ت : ريهام حسين إبراهيم |
| ١١٢ – الاحتجاج الهادئ | أرلين علوى ماكليود | ت : إكرام يوسف |
| ١١٣ – راية التمرد | سادى پلانت | ت : أحمد حسان |
| ١١٤ – مسرحيتا حصاد كونجى وسكان المستنقع | وول شوينكا | ت : نسيم مجلى |
| ١١٥ – غرفة تخص المرء وحده | فرچينيا وولف | ت : سمية رمضان |
| ١١٦ – امرأة مختلفة (درية شفيق) | سينثيا نلسون | ت : نهاد أحمد سالم |
| ١١٧ – المرأة والجنوسة فى الإسلام | ليلى أحمد | ت : منى إبراهيم ، وهالة كمال |
| ١١٨ – النهضة النسائية فى مصر | بث بارون | ت : لميس النقاش |
| ١١٩ – النساء والأسرة وقوانين الطلاق | أميرة الأزهرى سنبل | ت : بإشراف/ رؤوف عباس |
| ١٢٠ – الحركة النسائية والتطور فى الشرق الأوسط | ليلى أبو لغد | ت : نخبة من المترجمين |
| ١٢١ – الدليل الصغير فى كتابة المرأة العربية | فاطمة موسى | ت : محمد الجندى ، وإيزابيل كمال |
| ١٢٢ – نظام العبودية القديم ونموذج الإنسان | جوزيف فوجت | ت : منيرة كروان |
| ١٢٣ – الإمبراطورية العثمانية وعلاقاتها الدولية | نيقل الكسندر وفنادولينا | ت: أنور محمد إبراهيم |
| ١٢٤ – الفجر الكاذب | چون جراى | ت : أحمد فؤاد بلبع |
| ١٢٥ – التحليل الموسيقى | سيدريك ثورپ ديڤى | ت : سمحه الخولى |
| ١٢٦ – فعل القراءة | ڤولڤانج إيسر | ت : عبد الوهاب علوب |
| ١٢٧ – إرهاب | صفاء فتحى | ت : بشير السباعى |
| ١٢٨ – الأدب المقارن | سوزان باسنيت | ت : أميرة حسن نويرة |
| ١٢٩ – الرواية الاسبانية المعاصرة | ماريا دولورس أسيس جاروته | ت : محمد أبو العطا وآخرون |
| ١٣٠ – الشرق يصعد ثانية | أندريه جوندر فرانك | ت : شوقى جلال |
| ١٣١ – مصر القديمة (التاريخ الاجتماعى) | مجموعة من المؤلفين | ت : لويس بقطر |
| ١٣٢ – ثقافة العولمة | مايك فيذرستون | ت : عبد الوهاب علوب |
| ١٣٣ – الخوف من المرايا | طارق على | ت : طلعت الشايب |
| ١٣٤ – تشريح حضارة | بارى ج. كيمب | ت : أحمد محمود |
| ١٣٥ – المختار من نقد ت. س. إليوت (ثلاثة أجزاء) | ت. س. إليوت | ت : ماهر شفيق فريد |
| ١٣٦ – فلاحو الباشا | كينيث كونو | ت : سحر توفيق |
| ١٣٧ – مذكرات ضابط فى الحملة الفرنسية | چوزيف مارى مواريه | ت : كاميليا صبحى |
| ١٣٨ – عالم التليفزيون بين الجمال والعنف | إيڤلينا تارونى | ت : وجيه سمعان عبد المسيح |
| ١٣٩ – پارسيڤال | ريشارد ڤاجنر | ت : مصطفى ماهر |
| ١٤٠ – حيث تلتقى الأنهار | هربرت ميسن | ت : أمل الجبورى |
| ١٤١ – اثنتا عشرة مسرحية يونانية | مجموعة من المؤلفين | ت : نعيم عطية |
| ١٤٢ – الإسكندرية : تاريخ ودليل | أ. م. فورستر | ت : حسن بيومى |
| ١٤٣ – قضايا التنظير فى البحث الاجتماعى | ديريك لايدار | ت : عدلى السمرى |
| ١٤٤ – صاحبة اللوكاندة | كارلو جولدونى | ت : سلامة محمد سليمان |

| | | |
|---|---|---|
| ١٤٥ – موت أرتيميو كروث | كارلوس فوينتس | ت : أحمد حسان |
| ١٤٦ – الورقة الحمراء | ميجيل دي ليبس | ت : علي عبد الرؤوف البمبي |
| ١٤٧ – خطبة الإدانة الطويلة | تانكريد دورست | ت : عبد الغفار مكاوي |
| ١٤٨ – القصة القصيرة (النظرية والتقنية) | إنريكي أندرسون إمبرت | ت : علي إبراهيم علي منوفي |
| ١٤٩ – النظرية الشعرية عند إليوت وأدونيس | عاطف فضول | ت : أسامة إسبر |
| ١٥٠ – التجربة الإغريقية | روبرت ج. ليتمان | ت: منيرة كروان |
| ١٥١ – هوية فرنسا (مج ٢ ، ج ١) | فرنان بروديل | ت : بشير السباعي |
| ١٥٢ – عدالة الهنود وقصص أخرى | نخبة من الكُتاب | ت : محمد محمد الخطابي |
| ١٥٣ – غرام الفراعنة | فيولين فانويك | ت : فاطمة عبد الله محمود |
| ١٥٤ – مدرسة فرانكفورت | فيل سليتر | ت : خليل كلفت |
| ١٥٥ – الشعر الأمريكي المعاصر | نخبة من الشعراء | ت : أحمد مرسي |
| ١٥٦ – المدارس الجمالية الكبرى | جي أنبال وآلان وأوديت ڤيرمو | ت : مي التلمساني |
| ١٥٧ – خسرو وشيرين | النظامي الكنوجي | ت : عبد العزيز بقوش |
| ١٥٨ – هوية فرنسا (مج ٢ ، ج٢) | فرنان بروديل | ت : بشير السباعي |
| ١٥٩ – الإيديولوجية | ديڤيد هوكس | ت : إبراهيم فتحي |
| ١٦٠ – آلة الطبيعة | بول إيرليش | ت : حسين بيومي |
| ١٦١ – من المسرح الإسباني | اليخاندرو كاسونا وأنطونيو جالا | ت : زيدان عبد الحليم زيدان |
| ١٦٢ – تاريخ الكنيسة | يوحنا الآسيوي | ت : صلاح عبد العزيز محجوب |
| ١٦٣ – موسوعة علم الاجتماع ج ١ | جوردون مارشال | ت بإشراف : محمد الجوهري |
| ١٦٤ – شامپوليون (حياة من نور) | چان لاكوتير | ت : نبيل سعد |
| ١٦٥ – حكايات الثعلب | أ . ن أفانا سيفا | ت : سهير المصادفة |
| ١٦٦ – العلاقات بين المتدينين والعلمانيين في إسرائيل | يشعياهو ليڤمان | ت : محمد محمود أبو غدير |
| ١٦٧ – في عالم طاغور | رابندرانات طاغور | ت : شكري محمد عياد |
| ١٦٨ – دراسات في الأدب والثقافة | مجموعة من المؤلفين | ت : شكري محمد عياد |
| ١٦٩ – إبداعات أدبية | مجموعة من المبدعين | ت : شكري محمد عياد |
| ١٧٠ – الطريق | ميغيل دليبيس | ت : بسام ياسين رشيد |
| ١٧١ – وضع حد | فرانك بيجو | ت : هدى حسين |
| ١٧٢ – حجر الشمس | مختارات | ت : محمد محمد الخطابي |
| ١٧٣ – معنى الجمال | ولتر ت . ستيس | ت : إمام عبد الفتاح إمام |
| ١٧٤ – صناعة الثقافة السوداء | ايليس كاشمور | ت : أحمد محمود |
| ١٧٥ – التليفزيون في الحياة اليومية | لورينزو ڤيلشس | ت : وجيه سمعان عبد المسيح |
| ١٧٦ – نحو مفهوم للاقتصاديات البيئية | توم تيتنبرج | ت : جلال البنا |
| ١٧٧ – أنطون تشيخوف | هنري ترويا | ت : حصة إبراهيم منيف |
| ١٧٨ – مختارات من الشعر اليوناني الحديث | نخبة من الشعراء | ت : محمد حمدي إبراهيم |
| ١٧٩ – حكايات أيسوب | أيسوب | ت : إمام عبد الفتاح إمام |
| ١٨٠ – قصة جاويد | إسماعيل فصيح | ت : سليم عبدالأمير حمدان |
| ١٨١ – النقد الأدبي الأمريكي | فنسنت . ب . ليتش | ت : محمد يحيى |

١٨٢ – العنف والنبوءة — و . ب . ييتس — ت : ياسين طه حافظ
١٨٣ – جان كوكتو على شاشة السينما — رينيه چيلسون — ت : فتحى العشرى
١٨٤ – القاهرة .. حالمة لا تنام — هانز إبندورفر — ت : دسوقى سعيد
١٨٥ – أسفار العهد القديم — توماس تومسن — ت : عبد الوهاب علوب
١٨٦ – معجم مصطلحات هيجل — ميخائيل أنوود — ت : إمام عبد الفتاح إمام
١٨٧ – الأرضة — بُزُرْج علوى — ت : علاء منصور
١٨٨ – موت الأدب — ألفين كرنان — ت : بدر الديب
١٨٩ – العمى والبصيرة — پول دى مان — ت : سعيد الغانمى
١٩٠ – محاورات كونفوشيوس — كونفوشيوس — ت : محسن سيد فرجانى
١٩١ – الكلام رأسمال — الحاج أبو بكر إمام — ت : مصطفى حجازى السيد
١٩٢ – سياحتنامه إبراهيم بيك — زين العابدين المراغى — ت : محمود سلامة علاوى
١٩٣ – عامل المنجم — بيتر أبراهامز — ت : محمد عبد الواحد محمد
١٩٤ – مختارات من النقد الأنجلو – أمريكى — مجموعة من النقاد — ت : ماهر شفيق فريد
١٩٥ – شتاء ٨٤ — إسماعيل فصيح — ت : محمد علاء الدين منصور
١٩٦ – المهلة الأخيرة — فالنتين راسبوتين — ت : أشرف الصباغ
١٩٧ – الفاروق — شمس العلماء شبلى النعمانى — ت : جلال السعيد الحفناوى
١٩٨ – الاتصال الجماهيرى — إدوين إمرى وآخرون — ت : إبراهيم سلامة إبراهيم
١٩٩ – تاريخ يهود مصر فى الفترة العثمانية — يعقوب لانداوى — ت : جمال أحمد الرفاعى وأحمد عبد اللطيف حماد
٢٠٠ – ضحايا التنمية — جيرمى سيبروك — ت : فخرى لبيب
٢٠١ – الجانب الدينى للفلسفة — جوزايا رويس — ت : أحمد الأنصارى
٢٠٢ – تاريخ النقد الأدبى الحديث جـ٤ — رينيه ويليك — ت : مجاهد عبد المنعم مجاهد
٢٠٣ – الشعر والشاعرية — ألطاف حسين حالى — ت : جلال السعيد الحفناوى
٢٠٤ – تاريخ نقد العهد القديم — زالمان شازار — ت : أحمد محمود هويدى
٢٠٥ – الجينات والشعوب واللغات — لويجى لوقا كافاللى – سفورزا — ت : أحمد مستجير
٢٠٦ – الهيولية تصنع علمًا جديدًا — جيمس جلايك — ت : على يوسف على
٢٠٧ – ليل إفريقى — رامون خوتاسندير — ت : محمد أبو العطا عبد الرؤوف
٢٠٨ – شخصية العربى فى المسرح الإسرائيلى — دان أوريان — ت : محمد أحمد صالح
٢٠٩ – السرد والمسرح — مجموعة من المؤلفين — ت : أشرف الصباغ
٢١٠ – مثنويات حكيم سنائى — سنائى الغزنوى — ت : يوسف عبد الفتاح فرج
٢١١ – فردينان دوسوسير — جوناثان كلر — ت : محمود حمدى عبد الغنى
٢١٢ – قصص الأمير مرزبان — مرزبان بن رستم بن شروين — ت : يوسف عبد الفتاح فرج
٢١٣ – مصر منذ قدوم نابليون حتى رحيل عبد الناصر — ريمون فلاور — ت : سيد أحمد على الناصرى
٢١٤ – قواعد جديدة للمنهج فى علم الاجتماع — أنتونى جيدنز — ت : محمد محمود محى الدين
٢١٥ – سياحت نامه إبراهيم بيك جـ٢ — زين العابدين المراغى — ت : محمود سلامة علاوى
٢١٦ – جوانب أخرى من حياتهم — مجموعة من المؤلفين — ت : أشرف الصباغ
٢١٧ – مسرحيتان طليعيتان — صمويل بيكيت — ت : نادية البنهاوى
٢١٨ – رايولا — خوليو كورتازان — ت : على إبراهيم على منوفى

٢١٩ – بقايا اليوم — كازو ايشجورو — ت : طلعت الشايب
٢٢٠ – الهيولية فى الكون — بارى باركر — ت : على يوسف على
٢٢١ – شعرية كفافى — جريجورى جوزدانيس — ت : رفعت سلام
٢٢٢ – فرانز كافكا — رونالد جراى — ت : نسيم مجلى
٢٢٣ – العلم فى مجتمع حر — بول فيرابنر — ت : السيد محمد نفادى
٢٢٤ – دمار يوغسلافيا — برانكا ماجاس — ت : منى عبد الظاهر إبراهيم السيد
٢٢٥ – حكاية غريق — جابرييل جارثيا ماركث — ت : السيد عبد الظاهر عبد الله
٢٢٦ – أرض المساء وقصائد أخرى — ديفيد هربت لورانس — ت : طاهر محمد على البربرى
٢٢٧ – المسرح الإسبانى فى القرن السابع عشر — موسى ماريا ديف بوركى — ت : السيد عبد الظاهر عبد الله
٢٢٨ – علم الجمالية وعلم اجتماع الفن — جانيت وولف — ت : مارى تيريز عبد المسيح وخالد حسن
٢٢٩ – مأزق البطل الوحيد — نورمان كيمان — ت : أمير إبراهيم العمرى
٢٣٠ – عن الذباب والفئران والبشر — فرانسواز جاكوب — ت : مصطفى إبراهيم فهمى
٢٣١ – الدرافيل — خايمى سالوم بيدال — ت : جمال أحمد عبد الرحمن
٢٣٢ – مابعد المعلومات — توم ستينر — ت : مصطفى إبراهيم فهمى
٢٣٣ – فكرة الاضمحلال — أرثر هيرمان — ت : طلعت الشايب
٢٣٤ – الإسلام فى السودان — ج. سبنسر تريمنجهام — ت : فؤاد محمد عكود
٢٣٥ – ديوان شمس تبريزى ج١ — جلال الدين الرومى — ت : إبراهيم الدسوقى شتا
٢٣٦ – الولاية — ميشيل تود — ت : أحمد الطيب
٢٣٧ – مصر أرض الوادى — روبين فيدين — ت : عنايات حسين طلعت
٢٣٨ – العولمة والتحرير — الانكتاد — ت : ياسر محمد جاد الله وعربى مدبولى أحمد
٢٣٩ – العربى فى الأدب الإسرائيلى — جيلارافر – رابوخ — ت : نادية سليمان حافظ وإيهاب صلاح فايق
٢٤٠ – الإسلام والغرب وإمكانية الحوار — كامى حافظ — ت : صلاح عبد العزيز محمود
٢٤١ – فى انتظار البرابرة — ك. م كويتز — ت : ابتسام عبد الله سعيد
٢٤٢ – سبعة أنماط من الغموض — وليام إمبسون — ت : صبرى محمد حسن عبد النبى
٢٤٣ – تاريخ إسبانيا الإسلامية جـ١ — ليفى بروفنسال — ت : مجموعة من المترجمين
٢٤٤ – الغليان — لاورا إسكيبيل — ت : نادية جمال الدين محمد
٢٤٥ – نساء مقاتلات — إليزابيتا أديس — ت : توفيق على منصور
٢٤٦ – قصص مختارة — جابرييل جرثيا ماركث — ت : على إبراهيم على منوفى
٢٤٧ – الثقافة الجماهيرية والحداثة فى مصر — وولتر أرمبرست — ت : محمد الشرقاوى
٢٤٨ – حقول عدن الخضراء — أنطونيو جالا — ت : عبد اللطيف عبد الحليم
٢٤٩ – لغة التمزق — دراجو شتامبوك — ت : رفعت سلام
٢٥٠ – علم اجتماع العلوم — دومنيك فينك — ت : ماجدة أباظة
٢٥١ – موسوعة علم الاجتماع ج ٢ — جوردون مارشال — ت بإشراف : محمد الجوهرى
٢٥٢ – رائدات الحركة النسوية المصرية — مارجو بدران — ت : على بدران
٢٥٣ – تاريخ مصر الفاطمية — ل. أ. سيمينوڤا — ت : حسن بيومى
٢٥٤ – الفلسفة — ديف روبنسون وجودى جروفز — ت : إمام عبد الفتاح إمام
٢٥٥ – أفلاطون — ديف روبنسون وجودى جروفز — ت : إمام عبد الفتاح إمام

| | | |
|---|---|---|
| ٢٥٦ – ديكارت | ديف روبنسون وجودى جروفز | ت : إمام عبد الفتاح إمام |
| ٢٥٧ – تاريخ الفلسفة الحديثة | وليم كلى رايت | ت : محمود سيد أحمد |
| ٢٥٨ – الغجر | سير أنجوس فريزر | ت : عُبادة كُحيلة |
| ٢٥٩ – مختارات من الشعر الأرمنى | نخبة | ت : فاروجان كازانجيان |
| ٢٦٠ – موسوعة علم الاجتماع ج٢ | جوردون مارشال | ت بإشراف : محمد الجوهرى |
| ٢٦١ – رحلة فى فكر زكى نجيب محمود | زكى نجيب محمود | ت : إمام عبد الفتاح إمام |
| ٢٦٢ – مدينة المعجزات | إدوارد مندوثا | ت : محمد أبو العطا عبد الرؤوف |
| ٢٦٣ – الكشف عن حافة الزمن | جون جريبن | ت : على يوسف على |
| ٢٦٤ – إبداعات شعرية مترجمة | هوراس / شلى | ت : لويس عوض |
| ٢٦٥ – روايات مترجمة | أوسكار وايلد وصموئيل جونسون | ت : لويس عوض |
| ٢٦٦ – مدير المدرسة | جلال آل أحمد | ت : عادل عبد المنعم سويلم |
| ٢٦٧ – فن الرواية | ميلان كونديرا | ت : بدر الدين عرودكى |
| ٢٦٨ – ديوان شمس تبريزى ج٢ | جلال الدين الرومى | ت : إبراهيم الدسوقى شتا |
| ٢٦٩ – وسط الجزيرة العربية وشرقها ج١ | وليم چيفور بالجريف | ت : صبرى محمد حسن |
| ٢٧٠ – وسط الجزيرة العربية وشرقها ج٢ | وليم چيفور بالجريف | ت : صبرى محمد حسن |
| ٢٧١ – الحضارة الغربية | توماس سى . باترسون | ت : شوقى جلال |
| ٢٧٢ – الأديرة الأثرية فى مصر | س. س. والترز | ت : إبراهيم سلامة |
| ٢٧٣ – الاستعمار والثورة فى الشرق الأوسط | جوان آر. لوك | ت : عنان الشهاوى |
| ٢٧٤ – السيدة بربارا | رومولو جلاجوس | ت : محمود على مكى |
| ٢٧٥ – ت. س. إليوت شاعرًا وناقدًا وكاتبًا مسرحيًا | أقلام مختلفة | ت : ماهر شفيق فريد |
| ٢٧٦ – فنون السينما | فرانك جوتيران | ت : عبد القادر التلمسانى |
| ٢٧٧ – الچينات : الصراع من أجل الحياة | بريان فورد | ت : أحمد فوزى |
| ٢٧٨ – البدايات | إسحق عظيموف | ت : ظريف عبد الله |
| ٢٧٩ – الحرب الباردة الثقافية | فرانسيس ستونر سوندرز | ت : طلعت الشايب |
| ٢٨٠ – من الأدب الهندى الحديث والمعاصر | بريم شند وآخرون | ت : سمير عبد الحميد |
| ٢٨١ – الفردوس الأعلى | مولانا عبد الحليم شرر الكهنوى | ت : جلال الحفناوى |
| ٢٨٢ – طبيعة العلم غير الطبيعية | لويس ولبيرت | ت : سمير حنا صادق |
| ٢٨٣ – السهل يحترق | خوان رولفو | ت : على البمبى |
| ٢٨٤ – هرقل مجنونًا | يوريبيدس | ت : أحمد عتمان |
| ٢٨٥ – رحلة الخواجة حسن نظامى | حسن نظامى | ت : سمير عبد الحميد |
| ٢٨٦ – رحلة إبراهيم بك ج٣ | زين العابدين المراغى | ت : محمود سلامة علاوى |
| ٢٨٧ – الثقافة والعولمة والنظام العالمى | أنتونى كينج | ت : محمد يحيى وآخرون |
| ٢٨٨ – الفن الروائى | ديفيد لودج | ت : ماهر البطوطى |
| ٢٨٩ – ديوان منجوهرى الدامغانى | أبو نجم أحمد بن قوص | ت : محمد نور الدين |
| ٢٩٠ – علم الترجمة واللغة | جورج مونان | ت : أحمد زكريا إبراهيم |
| ٢٩١ – المسرح الإسبانى فى القرن العشرين ج١ | فرانشسكو رويس رامون | ت : السيد عبد الظاهر |
| ٢٩٢ – المسرح الإسبانى فى القرن العشرين ج٢ | فرانشسكو رويس رامون | ت : السيد عبد الظاهر |

| | | |
|---|---|---|
| ٢٩٣ - مقدمة للأدب العربى | روجر آلان | ت : نخبة من المترجمين |
| ٢٩٤ - فن الشعر | بوالو | ت : رجاء ياقوت صالح |
| ٢٩٥ - سلطان الأسطورة | جوزيف كامبل | ت : بدر الدين حب الله الديب |
| ٢٩٦ - مكبث | وليم شكسبير | ت : محمد مصطفى بدوى |
| ٢٩٧ - فن النحو بين اليونانية والسريانية | ديونيسيوس ثراكس - يوسف الأهوانى | ت : ماجدة محمد أنور |
| ٢٩٨ - مأساة العبيد | أبو بكر تفاوابليوه | ت : مصطفى حجازى السيد |
| ٢٩٩ - ثورة التكنولوچيا الحيوية | جين ل. ماركس | ت : هاشم أحمد فؤاد |
| ٣٠٠ - أسطورة بروميثيوس مج١ | لويس عوض | ت : جمال الجزيرى وبهاء چاهين |
| ٣٠١ - أسطورة بروميثيوس مج٢ | لويس عوض | ت : جمال الجزيرى ومحمد الجندى |
| ٣٠٢ - فنجنشتين | جون هيتون وجودى جروفز | ت : إمام عبد الفتاح إمام |
| ٣٠٣ - بـوذا | جين هوب وبورن فان لون | ت : إمام عبد الفتاح إمام |
| ٣٠٤ - ماركس | ريـوس | ت : إمام عبد الفتاح إمام |
| ٣٠٥ - الجلد | كروزيو مالابارته | ت : صلاح عبد الصبور |
| ٣٠٦ - الحماسة - النقد الكانطى للتاريخ | چان - فرانسوا ليوتار | ت : نبيل سعد |
| ٣٠٧ - الشعور | ديفيد بابينو | ت : محمود محمد أحمد |
| ٣٠٨ - علم الوراثة | ستيف جونز | ت : ممدوح عبد المنعم أحمد |
| ٣٠٩ - الذهن والمخ | انجوس چيلاتى | ت : جمال الجزيرى |
| ٣١٠ - يونج | ناجى هيد | ت : محيى الدين محمد حسن |
| ٣١١ - مقال فى المنهج الفلسفى | كولنجوود | ت : فاطمة إسماعيل |
| ٣١٢ - روح الشعب الأسود | وليم دى بويز | ت : أسعد حليم |
| ٣١٣ - أمثال فلسطينية | خايير بيان | ت : عبد الله الجعيدى |
| ٣١٤ - الفن كعدم | جينس ميتيك | ت : هويدا السباعى |
| ٣١٥ - جرامشى فى العالم العربى | ميشيل بروندينو | ت :كاميليا صبحى |
| ٣١٦ - محاكمة سقراط | أ. ف. ستون | ت : نسيم مجلى |
| ٣١٧ - بلا غد | شير لايموفا - زنيكين | ت : أشرف الصباغ |
| ٣١٨ - الأدب الروسى فى السنوات العشر الأخيرة | نخبة | ت : أشرف الصباغ |
| ٣١٩ - صور دريدا | جايتر ياسبيفاك وكرستوفر نوريس | ت : حسام نايل |
| ٣٢٠ - لمعة السراج لحضرة التاج | مؤلف مجهول | ت : محمد علاء الدين منصور |
| ٣٢١ - تاريخ إسبانيا الإسلامية ج٢ | ليفى برو فنسال | ت : نخبة من المترجمين |
| ٣٢٢ - وجهات نظر حديثة فى تاريخ الفن الغربى | دبليو. إيوجين كليناور | ت : خالد مفلح حمزة |
| ٣٢٣ - فن الساتورا | تراث يونانى قديم | ت : هانم سليمان |
| ٣٢٤ - اللعب بالنار | أشرف أسدى | ت : محمود سلامة علاوى |
| ٣٢٥ - عالم الآثار | فيليب بوسان | ت : كرستين يوسف |
| ٣٢٦ - المعرفة والمصلحة | جورجين هابرماس | ت : حسن صقر |
| ٣٢٧ - مختارات شعرية مترجمة | نخبة | ت : توفيق على منصور |
| ٣٢٨ - يوسف وزليخة | نور الدين عبد الرحمن بن أحمد | ت : عبد العزيز بقوش |
| ٣٢٩ - رسائل عيد الميلاد | تد هيوز | ت : محمد عيد إبراهيم |

| | | |
|---|---|---|
| ٣٣٠ - كل شيء عن التمثيل الصامت | مارفن شبرد | ت : سامى صلاح |
| ٣٣١ - عندما جاء السردين | ستيفن جراى | ت : سامية دياب |
| ٣٣٢ - رحلة شهر العسل وقصص أخرى | نخبة | ت : على إبراهيم على منوفى |
| ٣٣٣ - الإسلام فى بريطانيا | نبيل مطر | ت : بكر عباس |
| ٣٣٤ - لقطات من المستقبل | آرثر س. كلارك | ت : مصطفى فهمى |
| ٣٣٥ - عصر الشك | ناتالى ساروت | ت : فتحى العشرى |
| ٣٣٦ - متون الأهرام | نصوص قديمة | ت : حسن صابر |
| ٣٣٧ - فلسفة الولاء | جوزايا رويس | ت : أحمد الأنصارى |
| ٣٣٨ - نظرات حائرة وقصص أخرى من الهند | نخبة | ت : جلال السعيد الحفناوى |
| ٣٣٩ - تاريخ الأدب فى إيران جـ٣ | على أصغر حكمت | ت : محمد علاء الدين منصور |
| ٣٤٠ - اضطراب فى الشّرق الأوسط | بيرش بيربيروجلو | ت : فخرى لبيب |
| ٣٤١ - قصائد من رلكه | راينر ماريا رلكه | ت : حسن حلمى |
| ٣٤٢ - سلامان وأبسال | نور الدين عبد الرحمن بن أحمد | ت : عبد العزيز بقوش |
| ٣٤٣ - العالم البرجوازى الزائل | نادين جورديمر | ت : سمير عبد ربه |
| ٣٤٤ - الموت فى الشمس | بيتر بلانجوه | ت : سمير عبد ربه |
| ٣٤٥ - الركض خلف الزمن | بونه ندائى | ت : يوسف عبد الفتاح فرج |
| ٣٤٦ - سحر مصر | رشاد رشدى | ت : جمال الجزيرى |
| ٣٤٧ - الصبية الطائشون | جان كوكتو | ت : بكر الحلو |
| ٣٤٨ - المتصوفة الأولون فى الأدب التركى جـ١ | محمد فؤاد كوبريلى | ت : عبد الله أحمد إبراهيم |
| ٣٤٩ - دليل القارئ إلى الثقافة الجادة | أرثر والدرون وآخرين | ت : أحمد عمر شاهين |
| ٣٥٠ - بانوراما الحياة السياحية | أقلام مختلفة | ت : عطية شحاتة |
| ٣٥١ - مبادئ المنطق | جوزايا رويس | ت : أحمد الأنصارى |
| ٣٥٢ - قصائد من كفافيس | قسطنطين كفافيس | ت : نعيم عطية |
| ٣٥٣ - الفن الإسلامى فى الأندلس (هندسية) | باسيليو بابون مالدونالد | ت : على إبراهيم على منوفى |
| ٣٥٤ - الفن الإسلامى فى الأندلس (نباتية) | باسيليو بابون مالدونالد | ت : على إبراهيم على منوفى |
| ٣٥٥ - التيارات السياسية فى إيران | حجت مرتضى | ت : محمود سلامة علاوى |
| ٣٥٦ - الميراث المر | بول سالم | ت : بدر الرفاعى |
| ٣٥٧ - متون هيرميس | نصوص قديمة | ت : عمر الفاروق عمر |
| ٣٥٨ - أمثال الهوسا العامية | نخبة | ت : مصطفى حجازى السيد |
| ٣٥٩ - محاورات بارمنيدس | أفلاطون | ت : حبيب الشارونى |
| ٣٦٠ - أنثروبولوجيا اللغة | أندريه جاكوب ونويلا باركان | ت : ليلى الشربينى |
| ٣٦١ - التصحر : التهديد والمجابهة | آلان جرينجر | ت : عاطف معتمد وآمال شاور |
| ٣٦٢ - تلميذ بابنبرج | هاينرش شبورال | ت : سيد أحمد فتح الله |
| ٣٦٣ - حركات التحرر الأفريقى | ريتشارد جيبسون | ت : صبري محمد حسن |
| ٣٦٤ - حداثة شكسبير | إسماعيل سراج الدين | ت : نجلاء أبو عجاج |
| ٣٦٥ - سأم باريس | شارل بودلير | ت : محمد أحمد حمد |
| ٣٦٦ - نساء يركضن مع الذئاب | كلاريسا بنكولا | ت : مصطفى محمود محمد |

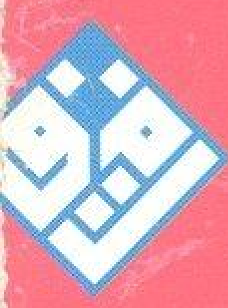
| | | |
|---|---|---|
| ٣٦٧ – القلم الجرىء | نخبة | ت : البرّاق عبد الهادى رضا |
| ٣٦٨ – المصطلح السردى | جيرالد برنس | ت : عابد خزندار |
| ٣٦٩ – المرأة في أدب نجيب محفوظ | فوزية العشماوى | ت : فوزية العشماوى |
| ٣٧٠ – الفن والحياة فى مصر الفرعونية | كليرلا لويت | ت : فاطمة عبد الله محمود |
| ٣٧١ – المتصوفة الأولون فى الأدب التركى جـ٢ | محمد فؤاد كوبريلى | ت : عبد الله أحمد إبراهيم |
| ٣٧٢ – عاش الشباب | وانغ مينغ | ت : وحيد السعيد عبد الحميد |
| ٣٧٣ – كيف تعد رسالة دكتوراه | أمبرتو إيكو | ت : على إبراهيم على منوفى |
| ٣٧٤ – اليوم السادس | أندريه شديد | ت : حمادة إبراهيم |
| ٣٧٥ – الخلود | ميلان كونديرا | ت : خالد أبو اليزيد |
| ٣٧٦ – الغضب وأحلام السنين | نخبة | ت : إدوار الخراط |
| ٣٧٧ – تاريخ الأدب فى إيران جـ٤ | على أصغر حكمت | ت : محمد علاء الدين منصور |
| ٣٧٨ – المسافر | محمد إقبال | ت : يوسف عبد الفتاح فرج |
| ٣٧٩ – ملك فى الحديقة | سنيل باث | ت : جمال عبد الرحمن |
| ٣٨٠ – حديث عن الخسارة | جونتر جراس | ت : شيرين عبد السلام |
| ٣٨١ – أساسيات اللغة | ر. ل. تراسك | ت : رانيا إبراهيم يوسف |
| ٣٨٢ – تاريخ طبرستان | بهاء الدين محمد إسفنديار | ت : أحمد محمد نادى |
| ٣٨٣ – هدية الحجاز | محمد إقبال | ت : سمير عبد الحميد إبراهيم |
| ٣٨٤ – القصص التى يحكيها الأطفال | سوزان إنجيل | ت : إيزابيل كمال |
| ٣٨٥ – مشترى العشق | محمد على بهزادراد | ت : يوسف عبد الفتاح فرج |
| ٣٨٦ – دفاعًا عن التاريخ الأدبى النسوى | جانيت تود | ت : ريهام حسين إبراهيم |
| ٣٨٧ – أغنيات وسوناتات | چون دن | ت : بهاء چاهين |
| ٣٨٨ – مواعظ سعدى الشيرازى | سعدى الشيرازى | ت : محمد علاء الدين منصور |
| ٣٨٩ – من الأدب الباكستانى المعاصر | نخبة | ت : سمير عبد الحميد إبراهيم |
| ٣٩٠ – الأرشيفات والمدن الكبرى | نخبة | ت : عثمان مصطفى عثمان |
| ٣٩١ – الحافلة الليلكية | مايف بينشى | ت : منى الدروبى |
| ٣٩٢ – مقامات ورسائل أندلسية | فرناندو دى لاجرانخا | ت : عبد اللطيف عبد الحليم |
| ٣٩٣ – فى قلب الشرق | ندوة لويس ماسينيون | ت : نخبة |
| ٣٩٤ – القوى الأربع الأساسية فى الكون | بول ديفيز | ت : هاشم أحمد محمد |
| ٣٩٥ – آلام سياوش | إسماعيل فصيح | ت : سليم حمدان |
| ٣٩٦ – السافاك | تقى نجارى راد | ت :محمود سلامة علاوى |
| ٣٩٧ – نيتشه | لورانس جين | ت :إمام عبد الفتاح إمام |
| ٣٩٨ – سارتر | فيليب تودى | ت :إمام عبد الفتاح إمام |
| ٣٩٩ – كامى | ديفيد ميروفتس | ت :إمام عبد الفتاح إمام |
| ٤٠٠ – مومو | مشيائيل إنده | ت : باهر الجوهرى |
| ٤٠١ – الرياضيات | زيادون ساردر | ت : ممدوح عبد المنعم |
| ٤٠٢ – هوكنج | ج . ب . ماك ايفوى | ت : ممدوح عبد المنعم |
| ٤٠٣ – رية المطر والملابس تصنع الناس | تودور شتورم | ت : عماد حسن بكر |

| | | |
|---|---|---|
| ٤٠٤ – تعويذة الحسى | ديفيد إبرام | ت : ظبية خميس |
| ٤٠٥ – إيزابيل | أندريه جيد | ت : حمادة إبراهيم |
| ٤٠٦ – المستعربون الإسبان فى القرن ١٩ | مانويلا مانتاناريس | ت : جمال أحمد عبد الرحمن |
| ٤٠٧ – الأدب الإسبانى المعاصر بأقلام كتابه | أقلام مختلفة | ت : طلعت شاهين |
| ٤٠٨ – معجم تاريخ مصر | جوان فوتشركنج | ت : عنان الشهاوى |
| ٤٠٩ – انتصار السعادة | برتراند راسل | ت : إلهامى عمارة |

طبع بالهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية

---

رقم الإيداع ٥٨٥٥ / ٢٠٠٢



الحيوانات سعيدة طالما كانت بصحة جيدة ولديها ما يكفيها من الطعام، ورغم أن البشر يجب أن يكونوا كذلك، إلا أنهم فى عالمنا الحديث ليسوا سعداء، على الأقل فى الغالبية الغالبة من الحالات؛ فإذا لم تكن سعيدًا، فقد توافقنى على أنك لست الاستثناء فى ذلك، أما إذا كنت سعيدًا فاسأل نفسك كم من أصدقائك سعداء؟ من الواضح أن المسببات النفسية للتعاسة عديدة ومختلفة، وإن كانت لها خصائص مشتركة؛ فالإنسان التعس هو الذى إذا ما حرم بعض المتع الطبيعية فى شبابه، أصبح يولى هذه المتع أهمية أكثر من أى شىء آخر عندما يكبر، والإنسان السعيد هو الإنسان الذى يحيا بموضوعية، الذى له عواطف حرة واهتمامات واسعة، والتى تجعله موضوعًا للاهتمام والعواطف من قبل الآخرين، ومن المسببات القوية للسعادة أن تكون مستقبلاً للحب؛ فإن الشخص الذى يستقبل الحب هو الذى يعطى الحب.

وقد كتبت هذا الكتاب موقنًا بأن الكثيرين من التعساء بإمكا
يصبحوا سعداء عن طريق مجهود جيد التوجيه.

برتراند